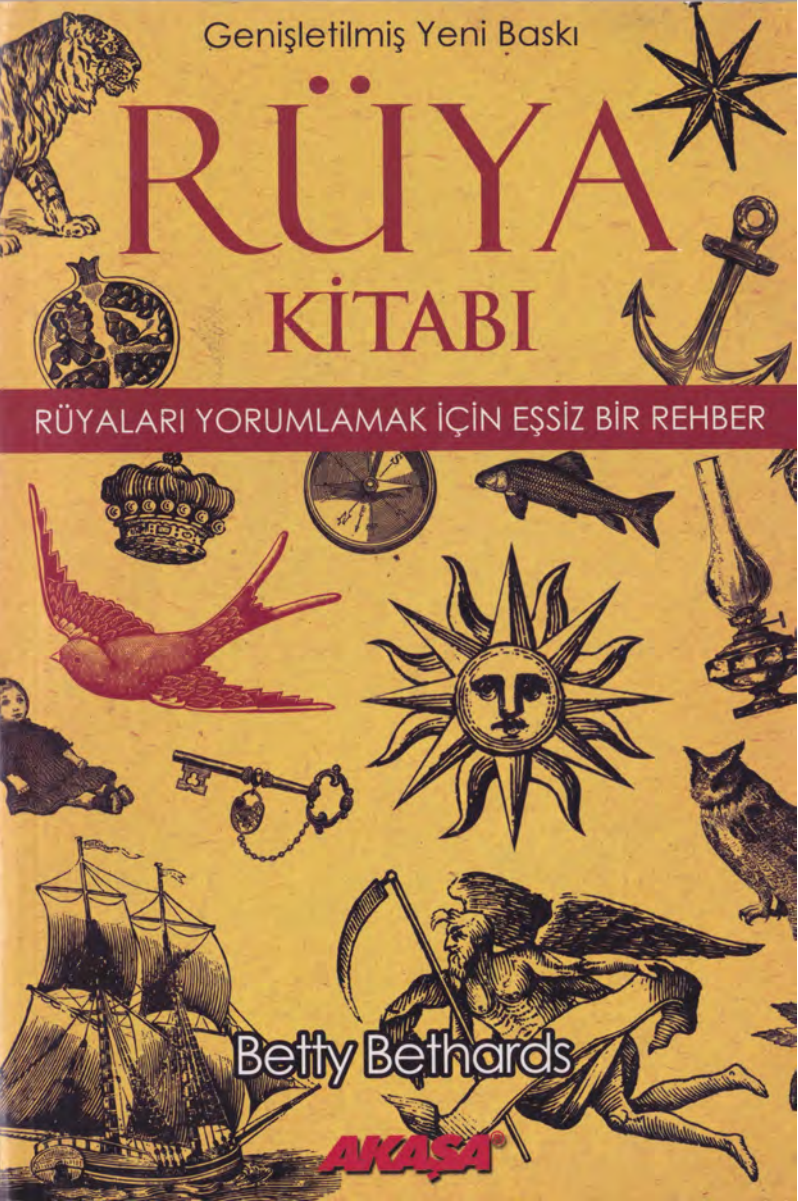
Genişletilmiş Yeni Baskı

RÜYA KİTABI

RÜYALARI YORUMLAMAK İÇİN EŞSİZ BİR REHBER



Betty Bethards

AKAŞA

Betty Bethards geniş çapta tanınan bir yazar, öğretmen, mistik ve şifacıdır. Gerçekçi yaklaşımı ve etkileyici mizah duygusu yüzünden "Sağduyu Gurusu" olarak sevgiyle anılmaktadır. ABD ve Kanada'da popüler bir radyo/TV konuğu olan Betty dokuz kitap yazmış ve yirmi dokuz ses kaseti yayınlamıştır.

Betty bugünkü gibi yenilikçi bir öğretmen olmadan önce, dört çocuklu bir ev kadınıydı. Sonra, yaşadığı dramatik ölüm deneyimi onun inanç sistemini ve değerlerini paramparça ederek onu mistik ve psişik yeteneklerini keşfetmeye götürdü. Çok geçmeden, Betty, İçsel Işık Vakfı'nı (Inner Light Foundation) kurdu; bu vakıf bütünsel sağlık, spiritüel gelişim, kişiler-arası iletişim ve diğer insan gelişimi alanlarında konferanslar ve seminerler sunmaktadır. Doktorlar hastalarına meditasyon yapmalarını tavsiye etmeden çok önce, Betty tek başına bu uygulamanın birçok sağlıklı ödülünü insanlara gösteriyordu.

Rüya Kitabı ile Betty, insanın rüyalarını anlamasının ne kadar şaşırtıcı biçimde kolay ve yararlı olduğunu göstermiştir. Bugün uluslararası bir çok-satan kitap olan *Rüya Kitabı* on dile çevrilmiş bulunmaktadır.

Bu kitabı kızım Pam'e sevgiyle ithaf ediyorum;
onun rüyalarla çalışma konusunda gösterdiği şevk beni
rüyaların günlük hayattaki önemine uyandırmıştır.

Betty Bethards

RÜYA KİTABI

Kendinizi Anlamak İçin Semboller

Çeviren:
Semra Ayanbaşı

AKAŞA®

Kitabın Orijinal Adı: ***The Dream Book (New Edition)***

Bu Kitabın Türkçe Yayın Hakları,
Akaşa Yayın Dağıtım Tanıtım Ltd. Şti.*'ne aittir.*
Copyright © Betty Bethards 2009
Bu kitabın hiçbir bölümü, yayınevimizin yazılı izni alınmadan fotokopi, ses kaydı ya da herhangi bir bilgi depolama sistemi dahil olmak üzere, elektronik veya mekanik, hiçbir şekilde kopya edilemez, çoğaltılamaz ve yayımlanamaz.

Kapak Tasarımı: *Dilara Arın*

Basım: *Avcı Ofset / Matbaa Sertifika No:12001*
Davutpaşa Cad. İpek İş Merkezi No: 2/13 Topkapı İstanbul
Kapak Basımı: *Karadeniz Basım Ltd. Şti.*
Cilt: *Evren Ciltevi*
Yayıncılık Sertifika No:10544
ISBN:978-605-9262-15-6

AKAŞA
Yayın Dağıtım Tanıtım Tur. ve Dış Tic. Ltd. Şti.
Lamartin Cad. No:40 Asma Kat Taksim / İstanbul
Tel: (0212) 235 99 73 Faks: 235 99 70
www.akasa.com.tr

Birinci Basım
İstanbul, 2019

İÇİNDEKİLER

Önsöz / 7

I. Kısım:
Rüyalar Aracılığıyla Kendinizi Anlamak / 9

Birinci Bölüm: Rüyaların Anlamı / 11
Bir Rüyada Ne Vardır?
Bizler Boyutlar-arası Varlıklarız
Karma ve Tekrardoğuş: Dersler ve Dersleri Öğrenmek
Bir Enkarnasyonun Şansı
Karmik Anahtar Olarak Kendini Sevmek
Rüyalar ve Ölüm Hali
Rüyalar ve Döngüler
Kendinizi Enerji Olarak Anlamak
Tüm Bunların Amacı
Üç Yardımcı Araç: Rüyalar, Dua ve Meditasyon

İkinci Bölüm: Rüyalarla Çalışmak / 31
Bir Rüyayı Nasıl Hatırlayabilirsiniz
Rüyaları Sorun Çözmekte Kullanmak
Rüya Türleri
Bir Rüyanın Anatomisi
Rüya Sembollerini Anlamak
Başlama Noktası
Son Söz Sizdedir
Ortak Rüya Tipleri
Rüya Yorumu
Yorum Düzeyleri
Rüya İmgeleriyle Çalışmak

Rüya Kitabı
Üçüncü Bölüm: Rüyalar ve Bilinç / 55
Aydınlanma ile Aranızdaki Bağ
Rüyalar ve Kendini Bilmek
Kontrol Kazanmak
Onu Kaybetmeyin, Kullanın
Hayatı Kendiniz için Kolaylaştırmak

II. Kısım: Rüya Sembolleri Sözlüğü / 61

ÖNSÖZ

Betty Bethards bir psişik, mistik, şifacı ve meditasyon öğretmeni olarak geniş çapta tanınmaktadır. Kitapları, ses kasetleri, konferansları, TV ve radyoda yaptığı konuşmalar milyonlarca insanın kendini tanıma arayışına yardımcı olmuştur.

Betty, "rüyaların kendimizi ve hayatımızı anlamakta kullanabileceğimiz en büyük araç olduğunu," ama çoğu insanın bu içsel rehberlik kaynağını bilmediğini anladığında rüyalar hakkında konferanslar ve seminerler vermeye başladı.

"İnsanlar yıllardır benden bu kitabı yazmamı istiyorlardı" diye açıklıyor Betty, "ve en sonunda kitap yayınlandı. Kitaptaki her sembolle ilgili olarak ruhsal kanaldan bilgi aldım, hayal edebileceğiniz gibi bu epey zaman alan bir çalışmaydı. Ama bu süreçte çok şey öğrendim! Şimdi bu bilgiyi memnuniyetle sizlerle paylaşıyorum."

Betty'nin bilgi kanalı kendi yüksek benliği, ruhsal rehberliği ya da Tanrı benliğidir. Bu, genellikle bilinçli zihnin erişiminin ötesinde bulunan içgörü ve bilgiyi alma kanalıdır. Betty, herkesin bir kanala, yüksek bilinç denen bir farkındalık düzeyine ya da frekansına sahip olduğunu belirtir. O kanala uyumlanmak aslında kendi içinizdeki öğretmeni, kendi ruhsal rehberliğinizi dinlemektir. Betty, bu düzeye özellikle rüya hali içindeyken açık olduğumuzu söylemektedir.

Betty, rüyaların onun en değerli bilgi kaynağı olduğunu, çünkü bilinçli zihnin rüya sırasında araya girip onların mesajını çarpıtamadığını açıklamaktadır. "Rüyalarınızı hatırlamayı, onların anlamını anlamayı ve onları ilham bulmak ve sorun çözmek için kullanmayı öğrenebilirsiniz. Onlar size neyi doğru yaptığınızı ve değiştirmeniz gereken şeyi nasıl değiştirebileceğinizi söyler. Hayatımızın üçte birini uykuda geçirdiğimizden, bu

zamanı içgörü almak için kullanmamız kesinlikle yararımıza olur."

Rüya Kitabı iki kısma ayrılmıştır. I. Kısım: *Rüyalar Aracılığıyla Kendinizi Anlamak,* üç bölüm içermektedir: *Rüyaların Anlamı, Rüyalarla Çalışmak, Rüyalar ve Bilinç.* II. Kısım: *Rüya Sembolleri Sözlüğü,* iki bini aşkın ortak rüya sembolünü içermektedir. II Kısım'a geçmeden önce I. Kısım'ı okumanız tavsiye olunur.

Betty, şu noktayı da vurgulamaktadır: "Bu kitabı kullanmak için benim felsefemi kabul etmeniz gerekmez. Siz bir ateist, bir gnostik olabilir ya da evrensel bir zihne ya da yüksek bir güce inanıyor olabilirsiniz. Ama hiç kuşkusuz, siz zihnin sadece küçük bir bölümünü kullandığınızın farkında değilsinizdir. Rüyalarla çalışmayı öğrenmeniz zihinsel potansiyelinizin daha çoğunu geliştirmenizi sağlar."

Rüya yorumunda son sözün sizde olduğunu da hatırlayın. Eğer bu kitapta sunulan anlam size doğru gelmezse, anlamın duygusu kendi varlığınızda yankılanana dek araştırmayı sürdürün. Olası ek ipuçları için daha kapsamlı sözlükleri de gözden geçirebilirsiniz. Ayrıca, sizin yaşam deneyiminize ve semboller ilişkinize bağlı olarak, farklı semboller farklı anlamlar içerebilir. Hayatın diğer her evresinde olduğu gibi, rüya yorumunda da kendi gurunuz olun. Kendi anahtar sembollerinizi öğrenin, o zaman belli mesajları çözmeniz kolay olur.

Bu kitabın sizi rüyalarınızın bilgelik dolu ve harika dünyasını araştırıp keşfetmeye sevk etmesini dileriz.

I. KISIM

Rüyalar Aracılığıyla Kendinizi Anlamak

1

RÜYALARIN ANLAMI

Bir Rüyada Ne Vardır?

Rüyalar hayatın gece vardiyasında kendiliğinden ortaya çıkan garip, gizemli bir fenomen midir? Yoksa bu evrensel deneyimin ardında daha derin bir anlam mı vardır?

Kaydedilmiş tarih boyunca insanlık rüyaya değer vermiştir. Bir rehberlik, ilham, kehanet ve sorunları-çözme kaynağı olarak rüyalar hepimiz için ortak bir deneyimdir. Onlar genç ile yaşlı, zengin ile yoksul arasında, ırklar, dinler ve uluslar arasında hiçbir sınır tanımaz. Her kültürde, bir karar vermeden önce "o karar üzerinde rüyaya yatmanın" bir versiyonunu buluruz. Kutsal Kitap (Kitab-ı Mukaddes) ve diğer kadim metinler rüyaların insanların hayatlarında nasıl önemli roller oynadığının örnekleriyle doludur.

O kadar yakın, ama aynı zamanda o kadar uzak olan bu harika boyut nedir? Rüyaların gerçek anlamını anlamak için, yüzeyin altına dalıp, *onun tüm amacına* erişmeliyiz. Biz neden buradayız? "Ben kimim?" sorusunu, bu kadim soruyu nasıl yanıtlayabiliriz?

Bizler Boyutlararası Varlıklarız

Rüyalar bizi, üçüncü boyutta ya da uzay-zaman'da *bulunan,* ama o boyuta *ait olmayan* spiritüel (özsel) veya boyutlararası varlıklar olduğumuz gerçeğine uyandırmaya başlar. Onlar yüksek benlikten bilinçli zihne gelen bir mektup gibidir. Onlar bizi içimizdeki daha yüksek bilgi kaynaklarına uyandırır, günlük hayatımızda ne olup bittiği ve ortaya çıkan so-

runları nasıl karşılayacağımız ve aşacağımız konusunda bilgi verir. Rüyalar ayrıca gelecek hakkında da bize bilgi verir; böylece, "Ben böyle bir şeyi nasıl bilebilirdim?" diye sormak zorunda kalırız.

Bir rüya bizim burada, uyanıklık realitesi sahnesinde sadece geçici olarak bulunduğumuzu idrak etmemize yardımcı olur. Hayat dediğimiz şey gerçekten bir okuldur. Evrende birçok okul ya da bilinç düzeyi vardır ve dünya en önemli okullardan biridir. Burada yaşarken varlığımızın gerçek doğası hakkında daha çok şey öğreniriz. Sonsuz yaratıcı enerji ya da sevgi enerjisi olduğumuzu ve tüm acılarımızın, hayal kırıklıklarımızın, umutsuzluklarımızın bu gerçeği, kim ve ne olduğumuz gerçeğini görememekten kaynaklandığını öğreniriz.

Oyunun adı tekâmüldür. Tüm deneyimlerimizde biz ya o deneyimlerden *bir şey öğrenmeden* geçer ya da onlar vasıtasıyla *tekâmül ederiz.* Eğer o deneyimlerden bir şey öğrenmeden geçersek, dış görünüşün ardındaki dersi öğrenene dek o deneyimleri tekrarlayıp dururuz. Eğer o deneyimler vasıtasıyla tekâmül edersek, öğrenim sürecinde bir sonraki aşamaya geçebiliriz. Ancak, derslerimizi öğrenip tekâmül etme oyunu hakkında daha çok şey anlamak için iki kadim kavrama bakmalıyız: Karma ve tekrardoğuş.

Karma ve Tekrardoğuş: Dersler ve Dersleri Öğrenmek

Tutucu bir Baptist olarak yetiştirildiğimden, birbirine örülü karma ve tekrardoğuş kavramlarına inanmak başlangıçta benim için zordu. Ama ruhsal kanalım yoluyla gittikçe daha çok şey öğrendikçe, bu kavramların akla epey uygun olduğunu idrak etmeye başladım. Bu kavramlar eski çağlardan beri hem doğu hem batı geleneklerinde biliniyordu ve bir zamanlar ilk Hıristiyan kilisesinde de geniş bir kabul görmüştü.

Tekrardoğuş kavramı bir kişinin, esasen, fiziksel olarak bedenlenen ve tekrar tekrar enkarne olan bir tanrısal öz (spirit) ya da bilinç olduğunu ileri sürer. Tekrardoğuş ruhun tekâmülünün doğal, normal sürecidir. Ruh eterik beden ya da enerji bedenidir, o varlığımızın ebedi yanıdır. O ne erkek ne de dişidir, enerjilerin bir bütünleşmesidir. Siz spiritüel farkındalığın daha yüksek düzeylerine çıktıkça bazı ruhsal tabakaları ya da enerji bedenleri geride bırakırsınız. Ölüm anında ise enerji titreşimlerinin en düşüğü olan fiziksel bedeninizi de bırakırsınız.

Dünya katında derslerinizi öğrendikten, zihinsel, duygusal, fiziksel ve spiritüel olarak denge kazandıktan sonra semavî kata çıkar ve çok daha yüksek bir bilinç ve enerji düzeyinde yaşarsınız.

Her ruh ne kadar hızlı ilerlemek istediğini seçer. İnsan, enkarnasyonlar arası dönemde (ölümden sonraki hayatta) ve geceleri rüya hali içinde öğretiler alır. Ruh dünyaya, yani uzay-zaman farkındalığına geri dönerken, bedendeyken uygulayacağı bilgiyi ve eğitimi de birlikte getirir. Her varlık enkarne olmadan önce o hayatta başarmayı umut ettiği şeyleri, halletmek istediği karma'yı içeren bir tekâmül planı tasarlar. Ancak, enkarne olduktan sonra ruh o plâna uymakta ya da fikrini değiştirmekte özgürdür. Elbette ki öğretmenleriniz orada olacak, sizi o plâna uymaya teşvik edeceklerdir. Ama sonuçta, bir enkarnasyonda her ne yapmak istiyorsanız onu yapmakta özgürsünüzdür.

Karma, tüm enkarnasyonlarında insanın deneyimlerini idare eden neden-sonuç yasasından söz eder. Karma, ne ekerseniz onu biçersiniz anlamına gelir. O, benim bilgi aldığım ruhsal kanalın tüm öğretilerinin temelini oluşturan bireysel sorumluluk prensibidir.

Rüyalarla etkili bir biçimde çalışabilmek için, bizim dü-

şüncelerimiz, sözlerimiz ve eylemlerimizle kendi kaderimizi yönettiğimizi anlamalıyız. Mağdur ve kader kurbanı olduğumuzu düşünmeyi bırakıp, hayatımızda olup bitenlerin sorumluluğunu kabullenmeliyiz. O zaman rüyalardan muazzam bir öğreti kaynağı olarak yararlanabiliriz.

Bir Enkarnasyonun Şansı

Geçmiş karmik bağlarınızdan ve öğrenmeniz gereken derslerin farkındalığından ötürü şimdiki hayatınızın koşullarını siz bilerek seçmiş bulunuyorsunuz. Enkarne olmadan önce, yetişkinlik çağına gelene dek sizi neyin beklediğini biliyordunuz. Ebeveynlerinizi, cinsiyetinizi, ırkınızı, ulusunuzu, sosyoekonomik koşullarınızı, astrolojik burcunuzu siz seçtiniz. İçinde bulunduğunuz koşullar her ne ise, onları siz oluşturdunuz. Eğer kusurlu bir beden seçmişseniz, bunun bir nedeni vardı ve bu neden sizi cezalandırmak değil, bir dersi öğrenmenizi sağlamaktı. Hayatta *kaza ya da rastlantı* diye bir şey yoktur. Hiçbir şey şans eseri vuku bulmaz. Istırap olarak algıladığımız her şey, gerçekte, geçmiş hataları ya da dengesizlikleri düzeltmemiz ve nihai aydınlanma hedefimize doğru ilerlememiz için harika bir fırsattır.

Buradaki, dünya okulundaki durumumuzu kendimiz yaratmış olduğumuzu bir kez anladığımızda, neden diye sorabiliriz. Bu durumdan almam gereken olumlu ders nedir? Bu bana ne öğretiyor? O zaman artık mutsuzluğumuzdan ötürü başkalarını suçlamayı bırakır ve hayatımızı hiç kimsenin sınırlayamayacağını idrak ederiz. Biz başkalarını değiştiremeyiz, ama kendimizi değiştirebilir ve her türlü durumu aşabiliriz. Her ilişki ve her deneyim sınırlamalar yoluyla tekâmül etme fırsatından başka bir şey değildir.

Karmik Anahtar Olarak Kendini Sevmek

Karma, ilk enkarnasyonunuzdan başlayarak tüm hayatlarınız boyunca sizi takip eder. Ne ekerseniz onu biçersiniz. Yarattığınız borcu tamamıyla ödemek zorundasınız. Bazı ruhlar eski bağlarıyla yüzleşmek için iki veya üç enkarnasyon boyunca beklerler. Ama eğer durumları sevgi ve farkındalıkla ele alırsanız, sadece karma'nızı aşmakla kalmaz, diğer ruhu da özgürleştirirsiniz. Bağışladığınızda, siz de bağışlanırsınız.

Karma'nın, aslında tüm dünya varoluşunun mesajı kendinizi sevmeyi öğrenmektir. Siz kendi varlığınızdaki Tanrı'yı tam olarak sevdiğinizde ve onurlandırdığınızda, tüm varlıkların içindeki Tanrı'yı da tam olarak sever ve onurlandırırsınız. O zaman kendinizi ya da başka bir ruhu asla incitemezsiniz.

Tüm derslerimiz kendini-sevme çevresinde gelişir. Kendinizi sevmek için ego özdeşleşmesini ve bağlılıklarını aşmalısınız. Gerçek benliğiniz, içinizdeki (tanrısal öz olan) spiritüel enerjidir, o tüm formların ardındaki yaratıcı güçtür. Sevgi korkunun yokluğudur ve korku bizi içsel gerçeğimizden ayıran son büyük illüzyondur.

Çoğu rüya size kendi kendinize empoze ettiğiniz korkularınızı ve sınırlamalarınızı gösterir, korkularınızla yüzleşmenizin önemini anlamanıza yardımcı olur. Bunu yaptığınızda, içinizdeki daha derin bir içgörü, güzellik ve sevinç düzeyini keşfedersiniz.

Siz dünya üzerinde kendi cennetinizi ya da cehennemininizi yaratmakta özgürsünüz. Ama başkalarıyla paylaşacağınız bir kişisel cennet yaratmanız o kadar kolay ve çok daha eğlencelidir.

Rüyalar ve Ölüm Hali

Ruhsal kanalım bana, ölüm hali ile rüya hali arasındaki tek farkın, ruhu bedene bağlayan bir göbek kordonuna çok ben-

zeyen gümüş kordonun ölüm halinde kopması olduğunu açıklamıştır. Bu kordon, özün (spirit) geceleri fiziksel katın ötesindeki katlara ve âlemlere gitmesini ve daha yüksek öğretiler almasını sağlar. Aslında, geceleri uykuya daldığınızda ve bilinciniz fiziksel bedenden ayrıldığında, ölüm denen şeyi deneyimlemektesiniz. Rüya halini gittikçe daha çok kontrol edebildikçe, bize inandırıldığı gibi ölüm diye bir şeyin olmadığını idrak edeceksiniz. Ölüm diye bir şey yoktur, sadece farkındalığın değişimi vardır. Rüyalarımız üzerinde daha fazla kontrol kazanmamız gerçekten boyutlararası varlıklar olduğumuzu idrak etmemizi sağlar. Yaşam enerjisi ya da Tanrı, "hayat" dediğimiz şeyin ve "ölüm" dediğimiz şeyin temelinde yatan değişmez varoluş vasıtasıdır. Tanrı tüm deneyimlerin, düzeylerin ve enerjilerin vasıtası ve ortamıdır. Siz eninde sonunda, geçmekte olduğunuz aşamalar ya da kendinizi içinde bulduğunuz belli bilinç düzeyi yerine, varlığınızın ebedi doğasıyla özdeşleşmeye başlarsınız.

Rüyalar ve Döngüler

Öğrenme, tekâmül etme, dinlenme ve bütünleştirip-özümseme döngülerimizde doğaya ayak uydururuz. Her yedi yıllık döngüde tamamen yeni bir şeye dönüşmemiz bir yana, bizim yıllık ve aylık döngülerimiz vardır.

Rüya-görme yıl boyunca doğal gelişim döngülerini takip eder. İlkbahardan sonbahara dek, hızlandırılmış bir öğrenim döneminde bulunursunuz. Dersleriniz çok hızlı gelir ve enerji artıp yükselmiştir. Bu dönemde size günlük deneyimlerinizde almanız gereken ama kaçırdığınız dersleri gösteren öğretici rüyalar sunulur. Ancak, rüyalarınızı programlamadıkça ve onlar üzerinde çalışmadıkça, ilkbahar ve yaz döneminde rüyaları hatırlamak daha zordur.

Sonbaharın enerjisi Ekim, Kasım ve Aralık aylarında yu-

muşamaya başladığında, rüya hali o kadar hâkim olmaz. Siz o sırada yorgunluk gidermekte, dinlenmekte ve geçirdiğiniz aktif gelişim mevsiminin derslerini özümsemektesinizdir.

Kış ayları genellikle en net ve güçlü rüyaları gördüğünüz aylardır. Bu sizin spiritüel ya da içsel tekâmül zamanınızdır. İlkbahardan sonbahara dek öğrenmemiş olduğunuz dersler sonraki ilkbaharda yeniden karşınıza çıkacaktır. Siz bir sonraki gelişim mevsimine hazırlanırsınız ve üzerinde çalışmanız gereken her şey size gösterilir. Kış döneminde içsel öğreniminiz yoğunlaşır. Onlarla çalışmıyor olsanız bile, rüyalarınızı hatırlamaya daha eğilimli olursunuz. Kış ayrıca tohum ekme zamanıdır. Siz ilkbaharda çiçek vermeye hazırlanırsınız. Kış dönemi, ilkbahar için hedeflerinizi saptama, içgörü isteme ve yolunuzu belirleme zamanıdır.

Rüyalar ay döngüsü tarafından da etkilenir. Dolunaydan beş gün önce rüyalar güçlenmeye ve netleşmeye başlar, dolunay enerjisiyle zirveye erişir. Eğer kendi içinizde merkezlenmemişseniz, dolunay enerjinizi dağıtabilir ve rüyalarınız garip görünebilir. Bir dolunay döngüsü sırasında depresif olabilir ya da aşırı derecelerde enerji iniş çıkışları yaşayabilirsiniz. Yine, kendi içinizde ne kadar merkezlenmişseniz ve hayatınıza ne kadar hâkimseniz, dış etkilerden o kadar az etkilenirsiniz. Bu durumda tüm enerjileri kendi yararınıza kullanabilir ve onları sizi merkezinizden kaydırmak yerine, yeni anlayışlara uyandırmaları için davet edebilirsiniz.

Kendinizi Enerji Olarak Anlamak

Rüyalar bize sık sık, hangi enerji merkezlerimizin, yani çakralarımızın dengesiz halde olduğunu gösterir. Örneğin, eğer rüyanızda kalbinizden bıçaklanmışsanız, kalp çakranızdan enerji kaybediyorsunuz demektir. Siz başkalarının kendileri için büyük bir öğrenim deneyimine nasıl yol açtıklarını görmek yeri-

ne, onların derslerine aşırı derecede bulaşıyor ve onlarla empatiye giriyor olabilirsiniz. Ya da partnerinize sevgi enerjisi veriyor, ama karşılığında hiç sevgi alamıyor olabilirsiniz. Rüyalarınızda bedeninizin vurgulanan bölgesine dikkat etmeniz ve ona eşlik eden dersi anlamanız yararlı olur.

Çakraları anlamak için önce bizim enerji varlıkları olduğumuzu, birbirinin içine geçen enerji alanları sistemi olduğumuzu anlamalıyız. Biz bedenimizde kendimizi erkek ya da kadın olarak deneyimleriz, ama bu gerçekte kim ve ne olduğumuzu çok sınırlı bir biçimde algılamaktır.

Siz ona ister Kutsal Öz, ister evrensel zihin, ister psişik enerji, cinsel enerji, sevgi veya *kundalini* deyin, tek bir yaşam enerjisi ya da Tanrı kuvveti vardır. Ruhsal kanalım bana böyle öğrettiği için, ben *kundalini* terimini kullanıyorum.

Bu *kundalini* ya da yaşam kuvveti hepimizde omurganın dibinde yer alır. O bizim sonsuz spiritüel enerji haznemizdir. Biz onu bedenimizin daha yüksek enerji merkezlerine yöneltmeye başladığımızda, bilincimizi genişletmeye başlar ve spiritüel (özsel) varlıklar olduğumuzu anlarız.

Yedi temel enerji merkezi ya da *çakra* vardır. Çakra sözcüğü Sanskritçe'de *çark* anlamına gelir. İnsan sisteminin bu daha ince enerji boyutlarını algılayabilen durugörürler her bir çakrayı dönen bir enerji çarkı olarak görürler. Bu sistem yüzyıllardır Hindu geleneğinin bir parçası olmasına karşın, biz Batılılar ancak yakın bir geçmişte onu daha tam olarak tanıdık. Örneğin, akupunkturun ve dövüş sanatlarında ustalığın içimizdeki bu kuvvetlerin gücünü ve akışını anlamaya dayandığını daha yeni yeni görmeye başlıyoruz.

Çakralar, kabaca, iç salgı bezlerimizin eterik boyutlarına karşılık gelir. Eterik bedenimiz fiziksel bedene bu merkezler vasıtasıyla bağlıdır.

Çakralar bize kendimizi genişlemiş varlıklar olarak anla-

manın anahtarını verir. Bu merkezler omurganın dibinde, cinsel organlarda, güneş sinirağında, kalpte, boğazda, kaşların arasında (üçüncü gözde) ve başın tepesinde yer alır. İnsan sisteminde birçok enerji odak noktası vardır, ama bunlar asıl merkezlerdir.

Her bir çakra kendimizi ve dünyayı anlamanın bir yolunu, realiteyi algılamanın bir yolunu temsil eder. Eğer biz bu düzeylerin herhangi birinde enerjiyi bastırır ya da onun akışını engellersek, bedenimizin ona karşılık gelen bölgesinde bir hastalık ortaya çıkacaktır. Bir bireyin zihinsel ve fiziksel yapısına bağlı olarak, herhangi bir çakradaki tıkanıklığın sonucunda farklı hastalıklar ortaya çıkar. Ayrıca, eğer bir çakra çok açıksa, yine bir hastalık ortaya çıkabilir, çünkü bu durumda o çakradan akan enerji miktarını kontrol edemeyiz.

Sağlığımız tüm çakralar arasındaki dinamik bir enerji dengesine ve buna ek olarak, içimizdeki erkek ve dişi kutupların dengesine bağlıdır. Azami derecede sağlıklı ve esen kalabilmek için enerjiyi nasıl uyandıracağımızı ve sistemimizde nasıl yönlendireceğimizi öğrenmemiz gerekir.

Tüm çakraların belli bir derecede açık olduğunu anlamak önemlidir, ama biz diğerlerine kıyasla bazı çakralardan daha çok iş görürüz. Her bireyde bir ya da iki çakra diğerlerinden daha zayıftır ve bu zayıf ya da tıkalı çakralarda gerilim ya da hastalık ortaya çıkar. Örneğin, duyguları bastırma en az enerji olan bölgede -tıkalı bir çakrada- hastalık olarak tezahür eder ve o sonra diğer bölgelere yayılabilir. Yine, duyguları, enerjiyi bastırmanın bir sonucu olan kanser tıkalı olan çakranın ardında tezahür eder. Bu tıkanıklık gerilimin, korkunun, olumsuz düşünüşün ya da kendi mutsuzluğunuz üzerinde oturup bir değişiklik yapmamanın bir sonucu olabilir. O sizin farkındalıktan yoksunluğunuzun nihai sonucudur. Çözüm anahtarı doğal şifa işlemleriyle çakra sistemini açmak, enerji alanını temizle-

yip arındırmak ve uyumsuzluktan ilk başta sorumlu olan olumsuz düşünce kalıplarını bırakmaktır.

Kök Çakra. Yaşam enerjisi ya da kundalini omurganın dibinde yer alır. Birinci çakra, yani kök çakra bu enerjiyi salıveren bir tetik görevi görür.

Birinci çakrada hiçbir enerji tıkanıklığı olmaz. Bu çakra kundalini için bir depolama yeri gibidir. Kundalini hayatımızda iki kere, ergenlik çağında ve menopoz döneminde doğal olarak yükselir. Ergenlik çağında kundalini aktive olduğunda, o insanı kendisinin belli bir fiziksel titreşim olduğunun farkındalığına ulaştırır ve erkek ile dişi kimyası uyum içine girer. Ancak, yükselmiş cinsel farkındalığa ilaveten, bu ayrıca bir yaratıcılık zamanıdır.

Yine, hem kadınların hem de erkeklerin deneyimledikleri menopoz döneminde kundalini bu yaşam enerjisini fiziksel, zihinsel ve spiritüel varlığınızı yenilemekte kullanmanız için bir başka fırsat olarak yükselir. Bu hem erkekler hem de kadınlar için hormonal bir değişimi içerir. Enerji çoğunlukla ikinci çakrada, yani cinsel çakrada tıkanıp kalır ve insanlar bu durumda yaşlılığı kabullenmeden önce son kez "kurtlarını dökmeyi" seçerler. Ama eğer bu enerji gerçekten anlaşılsaydı, daha yüksek düzeyde bir dinçliğe ve esenliğe dönüştürülebilirdi. Böylece, bizi tüm hayatımızın en yaratıcı ve üretken zamanına götürecek yükselmiş bir yaratıcılığa sahip olabilirdik.

Bu ergenlik ve menopoz dönemi, meydana gelen değişimlerden ötürü stresli bir dönemdir, ama enerjiyi anlamanız ve meditasyon uygulamanız yoluyla onlar sürüp gidecek bir canlılığa kapı açan yüksek gelişim dönemleri olabilir.

Ancak, ideal olarak, biz gerektiği her defasında, her zaman yüksek düzeyde bir farkındalığı sürdürmekte kullanmak için bu enerjiyi tetikleyerek kök çakrasından yukarı doğru yükseltmeyi öğrenebiliriz.

İkinci Çakra. İkinci ya da cinsel çakra tıkanabilecek ilk çakradır. Burada enerjinin bastırılması cinsel ilişkiyle ilgili korkulardan ve suçluluk duygusundan, cinsel rolünüzde kendinizi yetersiz hissetmenizden, seyrek olarak cinsel ilişkide bulunmaktan, kötü bir evlilik içinde bulunmaktan, sevgide doyumsuz olmaktan ve çeşitli insanlarla yatmaktan, önceki ilişkilerin nahoş anılarını tutmaktan ya da dinî nedenlerden ötürü hiç cinsel ilişki kurmamaktan ve enerjiyi daha yüksek merkezlere nasıl aktaracağınızı anlamamaktan kaynaklanabilir.

Enerjinin böyle bastırılması şiddet, öfke patlamaları, prostat ya da rahim ve yumurtalık hastalıkları, kolit ve alt karın bölgesinde diğer hastalıklar olarak tezahür edebilir.

İkinci çakradaki enerjiyi mastürbasyonla, yaratıcılık yoluyla, cinsel ilişkiyle, meditasyonla ya da bunların bir birleşimiyle kullanmak ve serbest bırakmak önemlidir. Cinsel gereksinimlerimizi anlamamız ve enerjiyi bu merkezde engelleyip engellemediğimizi belirlememiz hayati bir öneme sahiptir.

Üçüncü Çakra. Üçüncü çakra ya da güneş sinirağı merkezi çoğu kişinin, özellikle duyarlı kişilerin zorluklar deneyimledikleri bir bölgedir. Ben onu endişe çakrası olarak adlandırırım. O çok savunmasız bir merkezdir.

Eğer bu çakra dengeli değilse ya da çok açıksa, kişi herkesin olumlu veya olumsuz deneyimlerinden aşırı derecede etkilenecektir. Bu durumda kişi aşırı sinirlilik hissedebilir, safra kesesi, ülser veya diğer mide rahatsızlıklarına yakalanabilir.

Bu çakrayı dengelemek için kişinin kendini diğer kişilerin deneyimlerinden ayırmayı, tarafsız kalmayı öğrenmesi gerekir ki bu en iyi şekilde meditasyonda enerjinizi yükselterek, daha fazla fiziksel egzersiz yaparak ve enerjiyi yaratıcı bir çalışmada kullanarak yapılabilir. Bu merkez dengelendiğinde, değerli bir sezgisel rehber vazifesi görebilir, çünkü o zaman o artık korku ve endişeden etkilenmez.

Dördüncü Çakra. Dördüncü çakra ya da kalp merkezi daha yüksek yaratıcı merkezlerin birincisidir. Bu, Mesih özünün (spirit) ya da insanın kendisine ve başkalarına duyduğu koşulsuz sevginin merkezidir. O, insanın tüm yaşamla birliği deneyimlediği güzel bir düzeydir. Ama onun iki sorunu vardır.

Birincisi, eğer o çok açıksa, siz insan durumunun tüm ıstırabını ve acısını algılar, kendinizi ondan ayıramaz, onunla ilgili bir perspektif kazanamazsınız.

Bu her zaman benim en büyük sorunlarımdan biri olmuştur: Ben sizin duyduğunuz acının o kadar çok farkında olurum ki, ona nasıl yol açtığınızı ve ondan ne öğrenmekte olduğunuzu görmek yerine, orada olup onu sizin için ortadan kaldırmaya çalışırım. Bu, insanı anne-danışman ya da baba-danışman rolünü oynamaya götürür ve bu çok güvenli bir roldür. Bu rolü bazen oynamakta bir sakınca yoktur, ama bu durumda bizim birisiyle bire-bir ilişki içinde çalışmamız gerekir ki o zaman kendi numaralarımıza bakamayacak kadar savunmasız hale geliriz.

İkincisi, eğer kalp merkeziniz kapalıysa, kendinizi ve başkalarını sevemezsiniz. Bu merkezin kapalı olması sadece sizin başkalarının hislerine karşı duyarlı olmanızı engellemekle kalmaz, yüksek tansiyona ve kalp rahatsızlıklarına da yol açabilir. (Biz bu merkezde birçok içerleme ve acıyı biriktirir ve taşırız, bu bölgeyi gereksiz bir gerilimle aşırı derecede yükleriz.)

İdeal olan, açık olmak ve enerjiyi bu merkezden yüksek merkezlere aktarmak ve durumları daha objektif olan üçüncü göz çakrasından algılamaktır.

Beşinci Çakra. Beşinci çakra daha yüksek yaratıcılık ve duruişiti (psişik işitme veya daha ince titreşimleri algılama) ile ilişkilidir ve gerilimle kolayca tıkanır. Buradaki tıkanıklıklar boynun arkasında gerilim olarak en kolayca tezahür eder, bu da çoğunlukla sırt ağrılarına, baş ağrılarına ve göz yorgunluğuna

yol açar. Romatizma ve artrit boyun ve omuz bölgelerindeki enerji tıkanıklığının direkt sonuçlarıdır. Boğaz rahatsızlıkları da enerjinin beşinci merkezde bastırılmasından kaynaklanır.

Diğer tıkanıklıklara insanın gerçek gereksinimlerini ve hislerini dile getirememesi neden olur. Yaratıcı yeteneklerinizi ifade etmeniz, kendinizle ve diğerleriyle iletişim kurmanız bu merkezin uygun biçimde işlev yapması için önemlidir.

Altıncı Çakra. Üçüncü göz olarak da bilinen altıncı çakra çoğu hastalığa katkıda bulunmaz. Eğer bir kişi uzun saatler boyunca bir şeye konsantre olmuşsa, onun gözlerinin arasında bir gerilim artışı olabilir ve bu sinüsten kaynaklanan baş ağrısına ya da yine göz yorgunluğuna yol açabilir. Bir kişi bir süre meditasyon yaptıktan sonra, üçüncü göz tepe çakrasıyla, yani yedinci çakrayla birleşir ve ikisi bir merkez gibi olur.

Üçüncü göz gerçek mistik potansiyelin ve spiritüel bilginin açılmasıyla, gerçeğin tek gözüyle görmekle ilişkilidir. Kişi enerjiyi bu merkezden yönlendirmeyi öğrendiğinde, o bir lazerden daha güçlü bir şifa verici ışın olabilir.

Yedinci Çakra. Tepe merkezi veya taç çakra olarak da bilinen yedinci çakra Tanrı benlikle birliği temsil eder. Azizlerin ve dinî öğretmenlerin resimlerinde onların başlarının çevresinde çoğunlukla, şairler, ressamlar ve durugörürler tarafından görülmüş bir ışık halkası, bir hale görülür ki bu birleşmiş altıncı ve yedinci çakralardan yayılan enerjidir. Bu merkez tıkanıklık ve hastalıkla ilişkili değildir.

Tüm Bunların Amacı

Tüm bunların amacı, kendinizi bilmek ve tüm derslerinizi öğrenip tekâmül etmeniz için olumlu fırsatlar olarak görmektir. Bu kulağa epey kolay bir şey gibi gelebilir, ama benim ruhsal rehberliğim her zaman her şeyi sade ve basit tutmaktan

hoşlanır. Biz bu dünyaya derslerimizi öğrenmeye geldik ve her birimiz özgür iradeye sahibiz ve kendi yolumuzu kendimiz bulmalıyız. Aradığımız şey içimizdedir. Ayrıca, doğduğumuzda bize nasıl yaşayacağımızı gösteren bir elkitabı verilmemiş olsa da, bizimle birlikte yürüyecek öğretmenler verilmiştir.

Hiç kimse bu yolculuğa tek başına çıkmaz. Her birimizin bize yol boyunca rehberlik yapan ve bizi destekleyen koruyucu bir meleği ve bir öğretmenler takımı vardır. Bu bilge ve güçlü varlıklar bizim yerimize kararlar vermez, kendi bilgece seçimlerimizi yapabilmemiz için bizi içgörüye eriştirirler. Biz başkalarının bizim yerimize kararlar vermelerini istemezdik, çünkü o zaman öğrenmemiz gereken dersleri öğrenemezdik.

Üç Yardımcı Araç

Hayat boyunca bize yardımcı olacak en değerli araçlar bize karşılıksız olarak sunulmuştur ve onları herkes kullanabilir. Bunlar rüyalar, dua ve meditasyondur. Eğer bunlardan yararlansaydık, tahmin işinin, kafa karışıklığının ve hayatın zorluğunun çoğu ortadan kalkardı.

Rüyalar. Rüyalar elbette bu kitabın konusudur. Onlar bize hayatımızda ne olup bittiği konusunda günlük bir yorum verir. İçgörü edinebilmemiz, sorunlarımızı çözebilmemiz ve öbür taraftan yüksek öğretiler alabilmemiz için süper-bilinçli zihne bir kapı açar.

Dua. Dua değerli bir içsel araç olarak çoğunlukla yanlış anlaşılmıştır. Birçok kişi duayı kaprisli bir Tanrı'ya yalvarma, onların bahşedileceğini umut ederek Tanrı'dan bir şeyler dileme aracı olarak görür. Tanrı'ya bu tür bir yöneliş Karanlık Çağlara aittir.

Tanrı hepimize hayatta istediğimiz her şeyi tezahür ettirecek yaratıcı gücü vermiştir. İçimizde Tanrısal Öz'ün (Spirit)

tüm zenginliğine ve sevgisine zaten sahibiz. Tanrı ne istediğimizi zaten bilir ve "Size krallığını vermek Baba'nın en büyük zevkidir." Anahtar, sizin ne istediğinizi bilmenizdir, yoksa onu tezahür ettiremezsiniz. Öyleyse dua, istediğiniz ya da gereksindiğiniz şeyi zihninizde kesinliğe ve açıklığa kavuşturmanızdır.

Dua kendi içinizde çok net hale gelmektir. Bu zamanda tekâmülünüze ve farkındalığınıza en iyi şekilde yardımcı olacağını hissettiğiniz şeyi bildirmektir. Yüksek benliğinizden kendiniz için en iyi kararları vermenize yardımcı olmasını isteyebilirsiniz, ama unutmayın ki seçmesi gereken yine de sizsiniz.

Dua çoğunlukla şöyle olumlu onaylamalar biçiminde en iyi şekilde ifade edilir: "Şimdi en mükemmel kariyer fırsatı benim için açılıyor. Varlığımın doğal hali sağlık, uyum ve bütünlüktür. Tanrı'nın gücü içimden akarak beni güçlendiriyor ve bana yol gösteriyor. Mükemmel ilişki şimdi hayatımda tezahür ediyor. Ben yaptığım her işte ilahî olarak yönlendiriliyorum."

İnsanların duanın işe yaramadığını söylediklerini işitmiş olabilirsiniz. Eğer siz ne yaptığınızı anlarsanız dua işe yarar. Zihin yasasına göre, benzer benzeri çeker. Eğer siz sevgiyi ve bütünlüğü onaylar ve hissederseniz, onu hayatınıza getirirsiniz. Eğer bolluğu onaylarsanız, onu bilincinizde ve işlerinizde yer almaya davet edersiniz. Çoğumuz, Tanrı'yla bir'liğimizi ve spiritüel varlıklar olarak doğuştan sahip olduğumuz ilahî hakkı kabul ve tasdik etmek yerine, korku ve ayrılık hissiyle bir şeyler dileriz. Biz, onları yaratma gücüne sahip olduğumuzu gerçekten anlamadan bir şeyler dileriz. Kendi içimizde yarattığımız her şey dışımızda tezahür etmek zorundadır.

Ayrıca çoğu kez kuşku ve değersizlik hissi, "Ben hak etmiyorum" duygusu dualarımızı kuşatır ve biz kendi çabalarımızı zayıf düşürürüz.

Etkili bir biçimde dua edebilmek için kendi içinizde gevşeyin ve çok sessizleşin. Kendinizi güçlü bir sevgi, bütünlük,

güç duygusuyla ve Tanrı'ya uyumlanışla doldurun. Sonra şöyle onaylamalarda bulunabilirsiniz: "Tek bir Mevcudiyet ve tek bir Güç var, Tanrı. Ben bu içsel Mevcudiyet içinde rahatlık ve huzur içindeyim. Her şey birlikte benim hayrıma çalışıyor. Tanrı'nın özü (spirit) şimdi içimde aktif ve ben beni en yüksek hayrımın tezahürüne götürecek net hedefleri kesin ve açık olarak belirtiyorum. İçimdeki Tanrı'nın gücünü kabul ederek şimdi ..... istiyorum (ya da onaylıyorum)."

Özellikle bir şeyler, fırsatlar ya da belli bir ilişki için dua ettiğinizde, daima şu cümleyi eklemeyi unutmayın: "Bunu ya da daha iyi bir şeyi istiyorum." Rasyonel zihin çok sık olarak belli şeylere bağlanır. Yüksek zihnin ya da Tanrı'nın yolu gerçekten de günlük bilincimizin anlayışının ötesindedir. Sizi bekleyen, ama sizin düşünmediğiniz harika bir yeni boyut ya da fırsat bulunabilir ve siz onu almaya açık olduğunuzda o hayatınıza getirilebilir. Dua asla çıkarcı bir biçimde kullanılmamalıdır, yoksa kesinlikle bir yere ulaşamazsınız. Bir başkasının sizin beklentilerinizi karşılayacak biçimde değişmesi ya da sizi sevmesi için dua etmek yararsız olur. Dua yoluyla başkalarının hayatlarını yönetmeye çalışmaktan kaçının. Biz başkalarına ışık ve sevgi yollayabiliriz, ama onların bunu uygun gördükleri biçimde kullanmalarına saygı göstermemiz ve izin vermemiz gerekir.

Sevgi, fırsat, sevinç ve bolluk bizi beklemektedir, ama onlar bizim düşündüğümüz belli kişiler ya da durumlar vasıtasıyla gelmeyebilir. Kendimizi ve başkalarını Tanrı'nın ellerine bırakmaya gönüllü olmalı, aradığımız şeyi bulacağımıza ve her şeyin bizim hayrımız için birlikte çalıştığına güvenmeliyiz.

Öyleyse, dua bilinçli zihninizi hedeflerinize ve yaşam yönünüze odaklamanın bir yoludur. O, içinizdeki Tanrı'nın gücünün en yüksek hayrınıza olan arzuları destekleyip gerçekleştirmesine saygı göstermektir.

Meditasyon. Meditasyon aydınlanmaya giden otoyol gibidir. O, içimizdeki öğretmenle ya da Tanrı'yla temas kurmamıza yardımcı olur. Bizi daha yüksek enerji kaynaklarına açar ve bedenimizi, zihnimizi, özümüzü enerjiyle doldurur. Algılama enerji düzeyimize bağlıdır ve meditasyon enerjimizi en yüksek düzeyde tutmanın bir yoludur.

Meditasyonun yarattığı olumlu değişimler hemen deneyimlense de, birçoğu yavaş yavaş ortaya çıkar. Bu süreçte duyduğunuz stres ve gerilimin azaldığını, sağlığınızın genel olarak düzeldiğini ve huzur hissinin arttığını göreceksiniz. Ama meditasyon tüm hastalıkları bir gecede iyileştiren mucizevî bir ilaç değildir. O sizi önünüzdeki sorunlara karşı duyarlı hale getirmeye başlar ve enerji düzeyinizi korur, böylece karşı karşıya bulunduğunuz sorunla daha iyi başa çıkabilirsiniz. O size görecek gözler ve işitecek kulaklar verir, böylece hayattan tam olarak hak ettiğinizi hissettiğiniz şeyi -ne daha fazlasını ne de daha azını- almakta olduğunuzu görebilirsiniz!

Benim öğrettiğim meditasyon bana ruhsal kanalım tarafından verilmişti. O kadim bir Mısır yöntemidir ve en hızlı ve kolay meditasyon yöntemlerinden biridir. Aslında, tüm süreç iki bölüme ayrılır. Birincisi konsantrasyondur, meditasyondan önce gelen bir yönlendirilmiş zihinsel çabadır. Konsantrasyon zihni susturur ve onu bilinçli olarak bir şeye odaklar. İkincisi meditasyondur ve bu meditasyon sırasında zihinsel odaklanışınızı gevşetir ve serbest-akan bir alışa izin verirsiniz.

Bu yönteme her gün yirmi dakikanızı ayırmanız gerekir. Ağır bir yemek yedikten hemen sonra ya da çok yorgunken değil, dikkatli ve uyanıkken meditasyon yapmak en iyisidir.

Sabah erken saatlerde meditasyon yapmayı daha iyi bulabilirsiniz, böylece güne başlamadan önce enerjinizi yükseltebilir ve olumlu bir biçimde yönlendirebilirsiniz. Ya da, uykuya dalmadan hemen önce meditasyon yapabilirsiniz. Bu günün ka-

rışıklığını temizlemenize ve enerjinizi yükseltmenize yardımcı olur, böylece size sunulan öğretici rüyalara daha açık olabilirsiniz. Ancak, herhangi bir zamanda meditasyon yapmak hiç yapmamaktan daha iyidir ve kişisel programınıza en uygun olan meditasyon zamanı sizin için en iyi olan zamandır. Ama bu sessiz ve rahatsız edilmeyeceğiniz bir zaman olmalıdır, çünkü yüksek gürültüler meditasyonun ortasında epey sarsıcı olabilir. Meditasyona başlamadan önce birkaç dakika ayırıp şiir, spiritüel bir metin gibi ilham verici bir şey okuyabilir ya da ruhen yükseltici bir müzik dinleyebilirsiniz. Bu, günlük kaygılarınızdan uzaklaşıp meditasyona hazırlanmanıza yardımcı olacaktır.

Ben bu meditasyon yöntemine tüm kitaplarımda yer verdim ve o yedi aşama halinde özetlenebilir:

1. Dik arkalı bir sandalyeye sırtınız dik, ayaklarınızı yere tam basarak oturun. Sırtınızı iskemleye yaslamayın. Ellerinizi üst üste kucağınıza koyabilir ya da dua eder gibi bir araya getirebilirsiniz. Eller birbirine dokunmalıdır. Gözlerinizi açık ya da kapalı tutabilirsiniz.
2. Birkaç kere yavaş ve derin nefes alın ve gevşediğinizi hissedin. Parlak beyaz bir ışığın sizi tamamen kuşattığını hissedin; siz duyarlı enerji merkezlerini açarken o ışık sizi koruyacaktır.
3. On dakika boyunca tek bir fikir, görüntü ya da söz üzerinde yumuşak bir biçimde konsantre olun. Huzuru, güzelliği ya da spiritüel bir ideali ifade eden bir şeyi seçin; ya da sadece yumuşak, sakinleştirici bir müzik dinleyin. Eğer müziği kullanıyorsanız, yirmi dakika boyunca melodiyle ve sözlerle birlikte kalın.
4. Eğer zihniniz konsantrasyon objenizden ayrılırsa, onu yumuşak bir biçimde tekrar odak noktanıza getirin. (Şaşırtıcı bir biçimde, çok geçmeden zihninizi disipline etme yeteneğinizin çok daha güçlendiğini göreceksiniz.) Zihni

tamamen sessizleştirmek yıllar alabilir, bu yüzden cesaretiniz kırılmasın. Zihin bize rağmen çalışır.

5. On dakika sonra ellerinizi ayırın ve avuç içleri yukarı dönük olarak kucağınızda tutun. Eğer gözleriniz açıksa onları kapayın.

6. Konsantrasyon objesine odaklanmayı bırakıp zihninizi nötr hale geçirin. On dakika boyunca pasif ancak uyanık halde kalın. Gelip giden düşünceleri ve görüntüleri sakin bir biçimde gözlemleyin. Sadece sessiz, objektif olun ve her ne deneyimliyorsanız onunla birlikte akın.

7. On dakika sonra, artık en gevşemiş ve merkezlenmiş hale ulaştığınızda, onaylamalarınızı ve imgelemelerinizi yapın. Sonra avuçlarınızı kapayın ve yine beyaz ya da altın renkli bir ışık tarafından kuşatıldığınızı imgeleyin. Şimdi gözlerinizi açın. Bu ışık siz günlük işlerinizi yaparken başkalarına sevgi ve şifa yayar, ama onların stres ve gerilimlerinin sizi etkilemesini önler.

Ancak, bu yirmi dakikalık meditasyon bizim tek uygulamamız değildir. Biz her gün, gün boyunca meditasyon tutumunu uygulamaya çalışmalı, düşüncelerimizi ve davranışımızı izlemeliyiz. Meditasyon böylece hayata daha tam olarak katılmamıza yardımcı olur, çünkü böylece deneyimlerimizi nasıl oluşturduğumuzu izleyebiliriz. Değişimler bazen çarpıcı, bazen de süptil olur. Ama meditasyon hayatınızı gerçekten değiştirir, çünkü o sizi değiştirir.

Eğer düzenli olarak meditasyon yapıyor, yaşarken her gününüzü temizliyor, sorunlarınız için içgörü istiyorsanız, hayatınızda olup bitenleri size göstermesi için çok fazla rüyaya ihtiyacınız olmayacaktır. Bu durumda bilmeniz gereken şeyleri zaten bileceksiniz. Kendi deneyimlerinize nasıl yol açtığınızı göreceksiniz. Ayrıca, yaşam hedeflerinizi ve gitmeniz gereken yönü çok daha net bir biçimde görebilecek, bunları dualarınızla

kesin ve açık bir biçimde belirtip tezahür ettirebileceksiniz.

Rüya imgeleri ile meditasyon imgeleri aynıdır. Ancak, siz çok net ve objektif olana dek, bilinçli zihnin meditasyon sırasında aldığınız içgörünün önünü kesmesine izin vermeniz çok kolay olur. İşte bu yüzden, siz birkaç yıl meditasyon yapıp, bilinçli arzu ile hakiki sezgisel yönlendirme arasındaki farkı anlayabilene dek rüya hali çok daha güvenilirdir.

2

RÜYALARLA ÇALIŞMAK

Rüyalarınızı Nasıl Hatırlayabilirsiniz

Her birimiz rüyalarımızı hatırlamayı öğrenebiliriz. Elbette, bu rüya sembolleriyle çalışabilmek için bir ön-gerekliliktir. Rüyalarınızı güvenilir bir biçimde hatırlayabildikten sonra, onları sorunlarınıza çözümler bulmak için programlamaya başlayabilirsiniz.

Rüyalarla çalışmanın en etkili yolu bir rüya günlüğü tutmaktır. Bunu yaparken her kaydınızı tarihlendirin, çünkü haftalar geçtikçe kalıplar ve tekrarlanan temalar görmeye başlayacaksınız. Eğer önemli bir rüya mesajını anlamazsanız, size o mesajı anlamanızı sağlayacak başka rüyalar gösterilecektir. O yüzden büyük bir dersi kaçıracaksınız diye kaygılanmayın; en sonunda fikri anlayana dek o mesaj size tekrar tekrar verilecektir. Bir rüyayı hatırlamayı öğrenmekteki en önemli şey sizin bunu yapma niyetinizdir.

Gece yatmadan önce yatağınızın kenarına oturun (eğer yatarsanız, işlemi bitirmeden önce uyuyakalabilirsiniz), birkaç kere derin nefes alıp gevşeyin. Sonra kendi kendinize, "Bu gece bir rüyayı hatırlamak *istiyorum* ve bir rüyayı *hatırlayacağım*. Uyanır uyanmaz onu yazacağım" deyin. Sonra yatağınızın yanına bir bloknot ve kalem koyarak ve gözlerinizi açar açmaz bir rüyayı hatırlamayı ve yazmayı *umarak* uykuya dalın. Eğer tercih ederseniz, rüyanızı bir teybe de kaydedebilirsiniz.

İster sabaha karşı saat üçte, ister ertesi sabah uyandığınızda, kalkmadan önce hemen rüyanızla ilgili her izlenimi, imgeyi ve hislerinizi kaydedin. Eğer rüyalarınızı genellikle hatır

lamıyorsanız, onunla ilgili sadece belirsiz bir duyguya sahip olabilirsiniz: Bir hayal kırıklığı, bir düzelme hissi, endişe, huzur. Uyandığınız anda her ne hissederseniz onu yazın. Eğer rüya imgelerinin çoğunu iyi hatırlıyorsanız, her şeyi mümkün olduğunca çok ayrıntılı olarak yazın: İnsanlar, taşıtlar, manzara, objeler, renkler, şekiller, sayılar, vb.

Eğer rüyanızı hemen yazmazsanız onu unutursunuz. Tekrar uykuya dalabileceğinizi ve rüyayı daha sonra hatırlayabileceğinizi düşünmeyin. Gözlerinizi ilk açtığınızda değişik bir bilinç hali içinde, yarı-uyanık yarı-uykulu bir halde olursunuz. Bilinç düzeyleri arasında köprü kurmayı öğrenene dek, tam olarak uyandığınızda rüyanızı hatırlayamazsınız. İşte bu yüzden kendi kendinize rüyanızı hatırlayacağınızı *ve* yazacağınızı söylemelisiniz.

Bu, rüyanın içeriğini yazma, onu süper-bilinçli zihinden bilinçli zihne getirme yöntemini uygulamaya devam ederek, bilinç düzeyleri arasındaki boşluğa köprü kurmayı öğrenirsiniz.

Siz tüm gece boyunca rüya görürsünüz, ama genellikle en öğretici rüyalarınızı sabaha karşı saat üç ile beş arasında ya da uyanmadan hemen önce görürsünüz. Elbette, eğer gece vardiyasında çalışıyor ve gündüzleri uyuyorsanız, rüya programınız biyolojik ritimlerinize ayarlanacaktır. Ama rüyalar, ister öğleden sonra kestirirken, ister akşam yemeğinden sonra şekerleme yaparken olsun, her zaman gelebilir.

Rüyaları Sorunlarınızı Çözmek İçin Kullanmak

Rüyaları sorunlarınızı çözmek için bilinçli olarak kullanmasanız bile, hiç kuşkusuz, sabahları bir sorunun net ve basit bir çözümüyle uyandığınız olmuştur. Siz o rüyayı hatırlamayabilirsiniz bile, ama önünüzdeki durumda ne yapacağınızı bilirsiniz. Bu yöntem yüzyıllardır içgörü edinmek için kullanılmıştır. Bilinçli zihin bir sorunla mücadele edebilir, boğuşabilir, ama

o sorun süper-bilinçli zihne, daha büyük ve sonsuz bilinç kaynaklarına bırakıldığında, çözüm çabasız bir biçimde belirir.

Ancak, rüyalarınızı sorunlarınıza çözümler bulacak şekilde bilerek programlamak, rüya halini daha da fazla kontrol edebilmek ve onun sizin için çalışmasını sağlamaktır.

Rüyaları sorunlarınıza çözümler bulmak amacıyla kullanmak için, yine, uyumadan önce yatağınızın kenarında oturun. Birkaç kere derin nefes alıp gevşeyin ve söz konusu sorunu düşünün. O ister ilişkilerinizle, ister kariyerinizle, ister sağlığınızla ya da yaratıcı bir proje için ilham bulmakla ilgili olsun, sorunla ilgili tüm farklı yanları zihninizden geçirin. Siz o sorun hakkında zaten uzun uzun düşünmüşsünüzdür, ama gidilecek en iyi yönün ve en olumlu çözümün hangisi olduğundan emin değilsinizdir. Sorunu zihnen gözden geçirirken aynı zamanda onu hissedin. Şimdi zihinsel olarak şu sözleri tekrarlayın: "Bu gece bu sorunun çözümünü içeren bir rüya göreceğim ve onu hatırlayacağım. Bu sorun ..... ile ilgili (sorunu mümkün olduğunca objektif bir biçimde kısaca tanımlayın). Şimdi bu rüyayı göreceğim ve uyandığımda onu hatırlayacağım, anlayacağım ve kaydedeceğim. Mümkün olan en yüksek içgörü ve rehberliğe kendimi açıyorum." Sonra, sorunu zihninizden tamamen çıkararak ve çözümün size sunulacağını umut ederek dingin bir biçimde uykuya dalın.

Ertesi sabah uyanır uyanmaz hatırlayabildiğiniz her şeyi yazın. Rüyanın verdiği genel duyguyu, hisleri, izlenimleri ve imgeleri yazın. Bir rüyayı net bir biçimde hatırlayarak da uyanabilirsiniz ve analiz ettiğinizde onun size kesin bir çözüm sunduğunu görebilirsiniz. Ne yapacağınızı bilmenin güçlü bir duygusuyla uyanabilirsiniz. Ya da bazen gün esnasında bir şey rüyadaki bir imgeyi veya izlenimi tetikleyebilir ve siz çözümü bulursunuz.

Anlayamaz göründüğünüz bir rüyayı da hatırlayabilirsi

niz. Onu yine de kaydedin ve o gece sürece devam edin. Ancak, kendi kendinize bu sürecin işe yaramadığını söylemekten kaçının. O işe yaramaktadır; sadece siz henüz onu anlamıyorsunuz. Böylece, eğer uyandığınızda istediğiniz yanıtı ya da çözümü bulamamışsanız, güne başlamadan önce bir başka küçük gevşeme çalışması yapın. Kendi kendinize şu onaylamada bulunun: "Bu sorunu ya da durumu tümüyle içimdeki yüksek bilgeliğe bıraktım. Çözüm ya da yanıt şimdi bana sunuluyor. Ben onu almaya açığım." Sonra o endişeyi zihninizden çıkarın. Onu tutmanız ya da onun hakkında tasalanmanız alacağınız içgörünün önünü kesecektir. Eğer gün esnasında yanıtı ya da çözümü bulamazsanız, o gece uyumadan önce programlama işlemini tekrarlayın. Üç günlük bir süre içinde her sorununuzun çözümünü bulmanız gerekir.

Bazıları bana, "Ben rüyalarımı programlamayı denedim ama işe yaramadı" demişlerdir. Bunun çeşitli nedenleri olabilir. Birincisi, bedenin kimyasını önemli derecede etkileyen her şey -alkol, uyuşturucular, yatıştırıcı ilaçlar, uyku hapları- rüyalarınızı hatırlamanızı engelleyebilir. Onları hatırlayabilseniz dahi rüyalarınız net olmayacaktır. Uyumadan önce ağır bir yemek yemeniz de rüyanızı olumsuz biçimde etkiler.

İkincisi, bir rüyayı programlarken ya da bir rüya görmeyi isterken gevşemiş halde olmanız önemlidir. Derin derin nefes alarak bedeninizin gevşemesini sağlayın. Bilinçli zihninizi programlama yöntemi üzerinde odaklanabilecek kadar susturun. Sorununuzu çözme ya da rüyalarınızdan içgörü alma arzunuzu hissedin. Sözleri sadece öylesine söylemeyin. Siz kalp merkezinin hissini istersiniz, ama duygusal olarak tepki göstermemek için üçüncü gözün tarafsızlığını ve netliğini de istersiniz. O durumu ya da sorunu yarattığınız için kendinizi sevin. O değerli bir öğretmendir. Şimdi o sorunu çözmeyi ve aşmayı arzuladığınız için de kendinizi sevin. Soruna katılmış tüm

kişileri, öğrenmenize ve kendinizi bilmenize yardımcı oldukları için sevin. Siz sorununuzu çözmeye sevgiyle yaklaştığınızda, çözümlere daha kolayca ulaşabilirsiniz.

Üçüncüsü, kendi kendinize şunu sorun: "Neyin en iyi çözüm olduğunu bilmeyi gerçekten istiyor muyum? Yoksa çözümü buyurmaya mı çalışıyorum? En iyi ve en yüksek çözüme gerçekten açık mıyım, yoksa korktuğum için alıcılığımı engelliyor muyum?" Bazen bilmeyi gerçekten istemediğimiz yanıtları isteriz. Özellikle eğer sorun bir değişimle -bir ilişkiyi bitirmekle, iş değiştirmekle, kendi sorumluluğumuzu üstlenmekle- ilgili bir kararı içeriyorsa, biz o çözümü işitmeyi gerçekten istemeyebiliriz. İsteyin ve alacaksınız. Ama bu dürüst ve açık bir isteyiş olmalıdır.

En son olarak, siz doğru soruyu sormuyor olabilirsiniz. Sorularınız daima, başkalarını nasıl değiştireceğinize ya da onları kendi amacınıza uygun olarak nasıl kullanacağınıza değil, kendinizle ilgili içgörü almaya yönelik olmalıdır. Eğer eşinizin içkiyi bırakmasını nasıl sağlayabileceğinizi soruyorsanız, yanlış yerden başlıyorsunuz demektir. Onun yerine, değişmenin onun sorumluluğu olduğunu ve dünyadaki tüm sevgi ve desteğin ona yardım etmeye yetmeyebileceğini idrak edin. Soru şöyle olmalıdır: Ben kendim için bu durumu neden yarattım? Sevgi dolu, mutlu bir hayat yaşayabilmem için bende neyin değişmesi gerekiyor? Siz size muhtaç olunması ihtiyacı, kendini feda etme sendromu, zayıf bir öz-imaj ya da birtakım başka şeyler yüzünden kendinizi bu duruma saplanıp kalmış hissedebilirsiniz. Tek bir şeyden emin olabilirsiniz: Kendinizle ilgili gerçek bir içgörüye ulaştığınızda bu durum değişecektir. Siz o durumu terk etmek zorunda kalabilirsiniz de, kalmayabilirsiniz de. Ama her şeyin üzerinde, siz kendinizle ve başkalarıyla ilgili sınırlayıcı fikirleri değil, bilgeliği arzulamalısınız.

Unutmayın ki bir başkası için yapabileceğimiz en büyük

şey onun kararlar verme ve yaşamak istediği hayatı seçmeyle ilgili içsel gücüne saygı göstermektir. Hepimiz kendi hatalarımızı yapmakta özgürüz. Öğrenmenin tek yolu budur. Siz bir başkasının hayatını şekillendirmekle çok ilgilendiğinizde kendi derslerinizi öğrenmekten kaçtığınızdan emin olabilirsiniz. Eğer kendi kendinize, "Eğer falanca ve filanca değişseydi, o zaman ben iyi olurdum" diyorsanız, bu kendi sorumluluğunuzdan kaçındığınızı gösterir.

Öyleyse, kendinizle ilgili içgörü isteyin. Başkalarını kendi derslerini öğrenmeleri için serbest bırakın. Siz elbette başkaları için dua edebilir ve onlara sevgi gönderebilirsiniz. Ama bunu onların yüksek benliklerini onurlandıracak, onların kendi kararlarını almalarına ve -bu sizi, beklentilerinizi ve arzularınızı içerse de içermese de- en iyi yaşam yolunu belirlemelerine yardımcı olacak enerji ve özgürlüğü onlara verecek şekilde yapın.

Rüya Türleri

Altı temel rüya türü vardır ve çoğu zaman siz onların birkaçından kısa parçalar hatırlarsınız. Rüyalar üzerinde gittikçe daha çok çalışmaya başladığınızda, onların arasındaki farkları görecek ve her birinin size sunduğu değeri belirleyeceksiniz. Ben bu farklı rüyaları evi ya da karışıklığı temizleyen, öğreten, sorun çözen, önceden bildiren, vahiysel ya da vizyonsal rüyalar ya da dış karışım olarak adlandırırım.

Evi temizleyen. Bu rüyalar günün girdisini temizler, zihinsel ve duygusal karışıklığı ayıklar, deneyimleri yeniden canlandırır. Genellikle, siz uyumaya çalışırken zihin hâlâ dakikada bir mil hızla çalışmaktadır. Siz o durumda hâlâ kaygılı ve gerginsinizdir. Bu rüyalar yararsız kaygıları bırakma ve yararlı olanları özümseme sürecini başlatır, bedenin ve zihnin gevşemeye başlamasına yardımcı olur.

Eğer uyumadan önce meditasyon yapar, zihninizi sakinleştirir ve odaklarsanız, karışıklığı temizleme rüyalarına genellikle gerek kalmaz. Eğer uyumadan önce geçirdiğiniz günü zihninizde kısaca yeniden canlandırır, kendinizi ve başkalarını kutsar, bağışlar ve serbest bırakırsanız, rüya hali içinde daha yüksek bir farkındalık düzeyine hazır olursunuz. Ayrıca, enerjiniz daha yüksek ve rüyalarınız daha net olur.

Öğreten. Siz bir gecede genellikle tek bir önemli öğretici rüya görürsünüz. Bu rüya size karşılaştığınız sorunlarla ilgili bilgi verir ya da ileri düzeylerden yüksek öğretiler sunar. Siz böylece sonraki yirmi dört saatte olup biteceklere hazır olursunuz. Genellikle bir *deja vu* (bir şeyi daha önce gördüğünüzü ya da işittiğinizi hissetme) deneyimi süper-bilinçli zihnin rüya esnasında bilinçaltı belleğe depolamış olduğu şeyi hatırlamaktır. Siz bir şeyi belli bir biçimde söyleyeceğinizi ya da belli bir kişinin bir şeyi yapacağını ya da söyleyeceğini önceden bilirsiniz. Çoğu rüya halen geçirmekte olduğunuz deneyimle ve durumlarla, ilişkilerle en iyi şekilde nasıl başa çıkabileceğinizle ilgilidir.

Rüyanızda kendinizi bir sınıfta oturmuş, bir ders verirken veya bir dersi dinlerken ya da güzel bir çevrede bir öğretmenle birlikte yürürken görebilirsiniz. Daha önce asla bilmediğiniz bir bilgiyi işitiyor olabilir ve uyandığınızda onu net bir biçimde hatırlayabilirsiniz. Birçok keşif ve ilham bu öğretici rüyaların yüksek düzeylerinden gelmiştir.

Sorun çözen. Bunlar sizin programlamış ya da istemiş olduğunuz rüyalardır. Siz zor bir ilişkiyi anlama, bilimsel bir gizemi çözme ya da yeni bir romanın temasını bilme konusunda içgörü arıyor olabilirsiniz. Ona nasıl erişeceğinizi öğrendiğinizde her türlü bilgiyi elde edebilirsiniz. Rüyaları nasıl programlayacağınızı ve onların mesajlarını nasıl anlayacağınızı öğrenmeniz en değerli içsel kaynaklarınızdan birini oluşturur.

Önceden bildiren. Bu rüya size gelecekteki bir şeyi bir an için gösterir. O *deja vu* deneyiminden farklıdır, çünkü önceden bildiren rüyalar genellikle sizden başka biriyle ilgilidir. Bu rüya önceden biliş anlamına gelir. Önceden bildiren rüyaların verdiği özel bir duygu ya da his vardır. Onu tanımayı öğrendiğinizde, hangi imgelerin sembolik olduğunu ve hangilerinin geleceği önceden bildiriyor olabileceğini bileceksiniz. Bu bir psişik düzey fenomenidir.

Çoğu önceden-bildiren rüya insanları zihnin genişlemiş boyutlarına uyandırmak için gösterilir. Genellikle, meditasyon yapmayanlar bu rüyaları görürler, çünkü o zaman belli bir kişi hakkında falan ve falan şeyi nasıl bildiklerini sormaya zorlanırlar. Elbette, zihin zamana bağlı değildir. Bu rüyalar dikkatinizi kendi içinize döndürebilir ve böylece siz içsel benliğinizi geliştirmek ve daha iyi tanımakla daha çok ilgilenebilirsiniz.

Vahiysel veya vizyonsal. Bu rüya ruhun en yüksek düzeyinden gelir. O Tanrı'dan ya da Tanrı-benliğinizden gelen ve spiritüel tekâmülünüzle ilgili olan bir mesajdır. O, mistik farkındalık düzeyinden gelir. Kişisel bir mesajı ya da evrensel bir gerçeği içerebilir. Vizyon sizin genellikle rüyayla ilişkilendirdiğinizden çok daha büyük bir ölçektedir. O tamamen farklı bir farkındalık niteliği içerir. Siz farkında olduğunuzu bilirsiniz, ama rüyada olduğunuzun da farkındasınızdır. Eski kehanetler ve mistik öğretiler vizyonsal bilinç düzeyinden gelmiştir. Bir vizyon birçok nitelik içerir: İçgörü, anlayış, genişleme, tüm hayatın bir'liğinin idraki, güç ve sevgi. Ben yılda sadece bir vizyon görebilirim, ama o daima beklemeye değer bir vizyon olur.

Dış Karışım. Bu rüya fiziksel çevrenizdeki bir şeyin rüya öykünüze dâhil olacak kadar kesintiye neden olmasından kaynaklanır. Örneğin, rüyanızda sıcaktan bunaldığınızı hissedebilir ve uyandığınızda çok fazla örtünmüş olduğunuzu görebilirsiniz. Çalan telefon, havlayan köpekler, sırtınızda ürpermeler,

herhangi bir şey rüyanın bir parçası olabilir ve bu süper-bilinçten ya da yüksek benlikten gelen gerçek bir mesaj değildir.

Ayrıca, eğer televizyonu izlerken ya da radyoyu dinlerken uyuyakalırsanız, televizyon veya radyo yayınlarından gelen herhangi bir bilgi rüyanızı etkileyebilir. Daima sessiz ve sakin bir ortamda uyumak en iyisidir. Uyku zamanınızda bu gürültüye daha fazla katkıda bulunulmadan da, bilinçaltınız gün boyunca yeterince gürültüye maruz kalmaktadır.

Hazımsızlık ya da dolu bir mesane de rüya imgelerini etkiler. Rüyalarınızı yorumlarken, böyle dış karışımlardan etkilenmiş olabileceğinizi de dikkate alın.

Bir Rüyanın Anatomisi

Rüyalar genellikle kendilerini üç aşamada sunar. Birincisi, onlar yöneldiğiniz sorunun, durumun ya da programın zaman referansını verir. Örneğin, eğer rüyanızda size çocukken yaşadığınız bir ev gösterilmişse, bu ev o zaman başlamış eski bir programı veya kendinizle ilgili farkındalığınızı temsil eder.

İkincisi, rüyalar size sorunun şimdiki hayatınızda ve farkındalığınızda nasıl tezahür etmekte olduğunu, onu neyin çevrelediğini gösterecektir.

Üçüncüsü, rüyalar o durumun çözümünü sunacak ya da sizi sınırlayan programdan, sorundan nasıl ders alabileceğinizi ve onu nasıl aşabileceğinizi gösterecektir.

Çoğu öğretici rüya bu formatı takip edecektir. Eğer siz geçmişinizdeki bir arabayı, evi, okulu ya da kişiyi görürseniz, bu genellikle öğretici bir rüyanın ilk aşamasıdır.

Rüya Sembollerini Anlamak

Rüyalarla ilgili belki de en merak uyandırıcı şey, onların bize sembollerle hitap etmesidir. Bu semboller ilk başta garip görünebilir, ama anlamlarını bir kez anladığımızda, onlar ken-

dimizle ve başkalarıyla kurduğumuz olağan iletişim biçiminden çok daha açık ve net olur.

Siz, "Neden rüyalardaki tüm bu sembolojiyi çözmek zorundayız? Mesajı direkt olarak almamız daha kolay olmaz mıydı?" diye sorabilirsiniz. Bu neden, insanlarla iletişimin zorluğundan kaynaklanır. Çünkü engeller ve algısal filtreler yüzünden birçok şey yanlış yorumlanmaya açıktır.

Ruhsal bilgi kanalım, bir kez kendi sembollerinizi bildiğinizde mesajı yanlış anlamayacağınız için rüyaların sembolik olarak verildiklerini söylemiştir. O zaman size neyin verildiğini hemen bilir ve onu tam olarak anlarsınız. Aslında semboller stenografi gibidir ve onların yorumlanmaları sözlü iletişimden çok daha kolaydır.

Rüya sembolleri üzerinde çalışmak piyano çalmaya benzetilebilir. Piyano çalmaya ilk başladığınızda, bunun şimdiye dek üstlendiğiniz en zor ve karmaşık iş olduğunuzdan eminsinizdir. Ancak, bir süre düzenli olarak pratik yaptıktan sonra, yeni beceriniz hayatınızın doğal ve kolay bir parçası haline gelir. Ya da bilgisayar endüstrisini ele alalım. Eğer bilgisayar dilini anlamıyorsanız, o size tümüyle yabancı ve zor görünür. Eğer birinin sizinkinden farklı bir dil konuştuğunu işitirseniz, onun size tümüyle yabancı bir şey olduğunu hissedersiniz. Ama siz de o dili konuşmaya, okuyup yazmaya başladığınızda, bu sizin için yine doğal ve kolay bir şey haline gelir.

Öyleyse, rüya sembolleri üzerinde çalışmayı bir başka dili öğrenmek olarak düşünün. Bu semboller sizin boyutlararası bir varlık olduğunuzu fark etmenizi sağlayan daha yüksek, daha doğru, daha birleştirici bir düzeydir.

Başlama Noktası

Genellikle aynı anlamlara sahip temel rüya sembolleri vardır. Başlamak için iyi bir nokta, rüyanızdaki her şeyin siz ol-

duğunu idrak etmektir. Siz yapımcı, yazar, aktör ve yönetmensiniz. Rüyadaki insanlar, genellikle, kendi içinizde bulunan ve o insanlara projekte ettiğiniz nitelikleri temsil ederler. Erkek ve kadın figürler kendi erkeksi ve kadınsı enerjilerinizi temsil ederler. Bir çocuk sizin çocuk yanınızı temsil ederken, yaşlı bir kişi yaşlı yanınızı temsil eder ki bu bilge bir yan da olabilir, onu aştığınız için ölmekte olan bir yan da olabilir. Hayvanlar sizin belli hayvanlarla ilgili duygularınızı ya da onlarla ilişkili özellikleri temsil eder. Örneğin, bir kurt, kuzu kılığındaki kurt gibi, tehlikeyi temsil ederken, bir tilki kurnazlığı temsil eder.

Bir ev, bina, dükkân ya da başka bir yapı sizi temsil eder. Eğer o büyükse, bu büyük bir potansiyele ve fırsatların ve/veya içsel kaynaklarınızın farkındalığına sahip olduğunuzu gösterir. Eğer evin odaları karışıksa, dağınıksa, bu evinizi düzen içinde tutmadığınızı açıkça gösterir. Eğer bazı odalar karanlıksa, onlar bilmediğiniz ya da anlamadığınız yanlarınızdır. Çatı katı ya da üst kat ruhsal benliğinizi temsil ederken, zemin kat fiziksel benliğinizi ya da her günkü benliğinizi temsil eder; bodrum katı ise cinsel ya da bilinçaltı benliğinizi temsil eder. Değişik odalar ve onların nasıl dekore edildikleri ve düzenlendikleri hayatınızın o veçhesini gösterir; banyo temizlenmeyi, boşaltmayı, bırakmayı temsil ederken, yemek odası beslenmeyi, birlikteliği, paylaşmayı temsil eder.

Her taşıt -araba, uçak, uzay gemisi, tekne- de sizi temsil eder. O sizin dünyadaki yolculuk veya varoluş tarzınızdır. Bir araba sizin fiziksel taşıtınızdır ve günlük hayatta nasıl gittiğinizi gösterir. Geriye doğru, yokuş aşağı, yani yanlış yönde mi gidiyorsunuz? Lastiğiniz patlak mı? Direksiyona tam hâkim olarak hızlanıyor musunuz? Bir tekne ya da gemi sizin duygusal taşıtınızdır ve size duygusal yaşamınızda neyin olup bittiğini bildirir. Yaşam denizlerinde oradan oraya savrularak, inişli çıkışlı bir biçimde mi gidiyorsunuz? Teknenizin onarıldığı ku-

ru bir havuzda mı bulunuyorsunuz? Teknenin dümeninde mi bulunuyorsunuz? Bir çapanız var mı?

Bir uçak ya da uçmakta olan her araç sizin spiritüel vasıtanızdır. Eğer rüyanızda kendinizi havaalanına giderken görürseniz, yeni bir spiritüel anlayışa doğru yükselmeye hazırlanmakta olduğunuzu bilirsiniz.

Rüyanızda gördüğünüz bir motosiklet ya da bisiklet ise hayatınızda dengeye muhtaç olduğunuz anlamına gelir.

Su duyguları, ateş arınmayı, hava spiritüel benliği ve toprak fiziksel benliği (ya da köklenme derecenizi) temsil eder.

Birkaç temel sembolü tanımaya başladıktan sonra, artık renklere (siz siyah-beyaz rüya görmezsiniz), giysilere, insanlara, manzaralara, objelere, büyüklüklere, şekillere, sayılara, sözcüklere, harflere dikkat etmeye başlayabilirsiniz. Her şeyin kendi anlamı ve önemi vardır. Parmaklıklar, çitler, yoldaki engeller şu anda karşı karşıya bulunduğunuz belli bir sorunu aşmak için yaratıcı düşünmenizin gerektiğini gösterir. Kendinizi üzerinde giderken gördüğünüz yol türü şu anda yolculuğunuzun ne kadar rahat ya da zor olduğunu temsil eder. Eğer kendinizi otoyolda ilerlerken görürseniz, bu kolay bir gidiştir. Eğer kendinizi engebeli bir yolda görürseniz, bu, hedefinize ulaşacağınızı, ama halen bunun biraz zor bir yolculuk olduğunu gösterir. Eğer bir yolu döşüyorsanız, yolunuzu gelecek için kolaylaştırıyorsunuz demektir.

İster hayal kurarken, ister imgeleme ya da meditasyon yaparken olsun, size verilen sembollerin hepsi aynıdır. Onlar sizden size verilen şifreli mesajlardır. Anlamanız gereken şeyi anladığınızda, içinde bulunduğunuz durumu da anlarsınız.

Son Söz Sizdedir

Sizin daima kendi en iyi yorumcunuz olduğunuzu hatırlayın. Bir sembolün sizin için anlamıyla ilgili son söz sizdedir.

Bir başkasının rüya yorumunu hevesle kabullenecek kadar kolay aldanır olmayın. Bu, gücünüzü başkasına teslim etmek ve kendi içsel kaynaklarınıza güvenmemektir. Bu kitapta sunulanlar genelleştirilmiş tanımlamalardır ve eğer bir sembol size doğru gelmez veya belli bir duruma uymazsa, sizin o sembol üzerinde meditasyon yapıp derinlemesine düşünmeniz gerekir, ta ki o gerçek anlamını size açıklayana dek. Onları çöze çöze, sonunda onlar çok basit hale gelir ve siz yüksek benliğinizin ya da içinizdeki Tanrı'nın size her zaman rehberlik yaptığını bilirsiniz.

Ortak Rüya Tipleri

Rüyalarımızda hiçbir şey yasak bölge değildir. Biz benliğimizin tüm düzeylerini, tüm korkularımızı, hayal kırıklıklarımızı, bastırılmış imgelerimizi, bilinmeyen bölgeyi, vizyonsal içgörüleri deneyimlemeye açık oluruz. Onları, her neyseler, benliğimizin sembolik habercileri olarak hoş karşılamayı öğrendiğimizde, tüm rüya imgeleriyle daha rahat hale geliriz.

Kötü bir rüya sembolü diye bir şey yoktur. En garip ya da korkutucu rüyalar, bir kez çözüldüklerinde, en olumlu içgörüleri sunar. Rüya imgelerinin sadece dikkatinizi çekmeye çalıştığını hatırlayın, öyleyse onlara direnmeyin. İçgörüyü tanımaya çalışın, böylece daha sevinçli bir farkındalığa geçebilirsiniz. Birçok kişi şu ortak tipte rüyaları görür:

Kâbuslar. Çoğumuzun bildiği bir rüya tipi kâbustur. O bizim en değerli öğretici rüyalarımızdan biridir, çünkü orantısız biçimde büyümüş bir korkumuzu ya da bastırmış olduğumuz ve bizi olumsuz bir biçimde etkileyen bir şeyi bize gösterir. Genellikle, biz mutlu rüyaları hatırlamayız. Ancak, korkutucu olanlar üzerimizde daha çok izlenim bırakır ve biz onları çözmeye daha eğilimli oluruz.

Örneğin, bir adam büyük bir sıçanın boynunu kemirme-

sini içeren ve tekrarlanan bir kâbus görüyordu. Bağırarak ve boynundaki sıçanı fırlatıp atmaya çalışarak uyanıyordu. Rüyasını analiz ettiğinde, boynun boğaz çakrasını temsil ettiğini keşfetti. Adam gereksinimlerini dile getirmiyordu ve ifadesini böyle bastırması onu kemiriyor ve kendine-zarar-verici davranışlarla sonuçlanıyordu. Sıçan, benliğinin ona ihanet eden güvensiz yanıydı. Biz daima içsel benliğimizi beslemeli, istediğimiz ve gereksindiğimiz şeyleri dile getirmeye, ifade etmeye özen göstermeliyiz. Bu adam hem iş yerindeki hem de kişisel ilişkilerindeki bu sorunları çözme yönünde adımlar atmaya başladığında, sıçan rüyaları da son buldu.

Afet Rüyaları. O ister deprem, ister sel, ister yangın ya da tsunami olsun, bir afet hayatınızın bir alanında ani bir değişimin meydana geleceğini gösterir. Bir sel duygusal bir karışıklık anlamına gelirken, bir deprem ilişkilerinizde büyük bir yeniden-düzenleme anlamına gelir. Onlar genellikle dönüm noktalarını ya da yeni bir yönelimden yararlanma fırsatlarını gösterir. II. Kısım'da belirli afetlere bakınız.

Cinsel Rüyalar. Cinsel ilişki birçok rüyanın büyük bir parçasını oluşturur ve genellikle gerçek cinsel ilişkiyle çok az ilgisi vardır. Genellikle, bu rüya varlığımızın erkek ve dişi kutuplarını dengelemeyi öğrenmeyi işaret eder. Her birimizin kendini belli bir bedende tezahür ettiren hem erkek hem de dişi olduğumuzu hatırlayın.

Bir rüyada cinsel ilişki kurmak dişi ve erkek enerjilerin birleşmesini temsil eder. Bir erkekle cinsel ilişki kurmak kendi içinde erkeksi enerjilerle birleşmektir; bir kadınla cinsel ilişki kurmak kendi içinde kadınsı enerjilerle birleşmektir. Eğer siz bir kadınsanız (veya bir erkekseniz) ve rüyanızda tanıdığınız bir kadınla sevişiğinizi görürseniz, bu o bireyle ilişkilendirdiğiniz nitelikleri kendi içinize almayı temsil eder. Aynı cinsten biriyle sevişmenin genellikle eşcinsellikle bir ilgisi yoktur.

Ayrıca, rüyanızda kendi aile fertlerinizle cinsel ilişki kurmanız ensesti arzuladığınızı göstermez. Eğer rüyanızda babanız ya da annenizle seviştiğinizi görürseniz, bu erkeksi ya da kadınsı benliğinizin daha bilge, ruhen besleyici nitelikleriyle birleşmenizi temsil eder; rüyanızda oğlunuz veya kızınızla sevişmeniz ise benliğinizin daha çocuksu ya da gençliğe özgü nitelikleriyle birleşmenizi temsil eder. Rüyalarınızdaki tüm kişilerin sizin bir veçheniz olduklarını hatırlayın.

Cinsel bir rüyaya bir orgazmın eşlik etmesi fiziksel enerjinizi boşaltmanız ve dengelemeniz gerektiğini gösteriyor olabilir ve bu bedeninizin dengeye kavuşmak için kullandığı bir yoldur. Bizim aynı zamanda fiziksel ve cinsel varlıklar olduğumuzu ve benliğimizin bu yanına saygı göstermemiz gerektiğini hatırlamalıyız.

Kostüm Rüyaları. Eğer rüyanızda kendinizi bir kostüm içinde görürseniz, bu genellikle bir geçmiş yaşamınızı temsil eder. Şimdi karşı karşıya bulunduğunuz bir sorun bir başka zamanda ve yerde başa çıkmaya çalıştığınız aynı sorun olabilir. Kostüm rüyasının dinamiklerini hatırlamanız ve anlamanız halen neyle karşı karşıya bulunduğunuzla ilgili bir perspektif kazanmanıza yardımcı olacaktır.

Yön Rüyaları. Gitmekte olduğunuz yön doğru yolda olup olmadığınızı gösterir. Eğer bir rüyada yukarı doğru -bir dağda, yolda, merdivende, asansörde, vb. yukarı doğru- çıkıyorsanız, doğru yönde ilerliyorsunuz demektir. Eğer aşağı doğru gidiyorsanız, yanlış yönde gidiyorsunuz demektir. Eğer hem yukarı çıkıyor hem de aşağı iniyorsanız, enerjiniz dağılmış demektir ve merkezlenmeniz gerekmektedir. Daireler çizip durmanız kısır bir döngü içinde bulunduğunuzu gösterir. Eğer sağa doğru gidiyorsanız, sezgi ve rehberlik yolunu izliyor; sola doğru gidiyorsanız, akıl (entelekt) ve mantık yolunu izliyorsunuz demektir.

Bir adam bir konferansa katılıp katılmama konusunda rehberlik isteyerek uyumuş ve rüyasında kendini aşağı doğru çok dik bir biçimde inen bir yürüyen merdivende görmüş ve tutunabilmek için evrak çantasını yere atmak zorunda kalmıştı. Bu, elindeki çalışmayı ve projeleri desteklemeyen yanlış bir yön anlamına geliyordu. Bir başka örnek: Bir kadın belli bir otomobili satın almayı düşünüyordu. Rüyasında o arabanın bir tepenin dibinde yattığını görmüş ve arabaya ulaşabilmek için kalabalık sokaklardan aşağı yürümek zorunda kalmıştı. Bu kadın o arabayı satın almadı ve birkaç gün içinde çok daha iyi bir araba buldu.

Uçmak. Uçma rüyaları çok eğlencelidir ve genellikle sizin bilinçli olarak bedeninizin dışına çıktığınızı gösterir. Eğer bir uçma rüyasını kontrol edebilirseniz, istediğiniz yere gitmekte özgür olursunuz. Kendinizi uzay/zaman'da farklı yerlerde düşünebilir ve anında orada olabilir ya da boyutları aşabilirsiniz. Eğer uçup duruyorsanız ve sonra irtifa kaybetmeye başlarsanız ya da yere çakılacağınızı düşünürseniz, bu sadece sizin daha yüksek boyutları araştırmaktan ve sınırların dışına çıkmaktan korktuğunuzu gösterir. Ertesi gece bunu yapmayı yine deneyin.

Düşmek. Eğer rüyanızda yere düştüğünüzü görürseniz, büyük olasılıkla astral bir yolculuktan sonra bedeninize geri dönerken kötü bir iniş yapmışsınızdır. Hepimiz geceleri bedenimizden ayrılırız. Eğer uykuya dalarken şiddetli ve ani bir çekiş yaşarsanız, bu kötü bir çıkış yaptığınızı gösterir. Eğer uyandığınızda bir süre hareket edemez ya da konuşamazsanız, bu o sırada bedenin yarı içinde yarı dışında bulunduğunuzu gösterir. Biz tümüyle bedenimizin içine girmeden hareket edemeyiz. Kendinizi tepeden tırnağa bedeninize girmiş olarak düşünün. Bu sizi köklendirecektir.

Biz geceleri derslerimizi öğrenmek ve eğitim görmek için

bedenimizi terk eder ya da fiziksel farkındalığı aşarız. Fiziksel boyut ya da üçüncü boyut bir illüzyondur; rüya hali ise gerçektir. Meditasyon yaparak ve rüyalarla çalışarak dördüncü boyutu deneyimleyebilir, orada üçüncü boyutta olduğunuz kadar rahat olabilir ve böylece ölümden hiç korkmaz hale gelebilirsiniz.

Müstehcen Rüyalar. Bir kez onun anlamını anladığınızda, rüyalardaki hiçbir şey müstehcen değildir. Rüyalarda hiçbir şey size hakaret etmeyi, sizi kırmayı amaçlamaz; o sadece, benliğinizin bakmaktan kaçındığınız bir düzeyine veya bakmaktan kaçındığınız bir sınırlamaya bakmanızı sağlamayı amaçlar. Bu rüyayı çözdüğünüzde, onun ardında bir hayli mizah bulabilirsiniz.

Tekrarlanan Rüyalar. Bir filmin yeniden oynatılması gibi, sizin bir türlü görmediğiniz, anlamadığınız bir mesaj vardır. Tekrarlanan kâbuslar sizin belli bir korkunuzu aşamadığınızı gösterir. Tekrarlanan parmaklık ya da barikat rüyaları kendi kendinize koyduğunuz ve henüz fark edip aşamadığınız bir sınırın bulunduğunu gösterir. Bunlar yazılıp çözülmesi en önemli olan rüyalardır. Bir kez vermek istedikleri mesajı anladığınızda, onlar da son bulur.

Yılan Rüyaları. Yılanlar rüyalarda sık sık görünür ve onlar güç sembolüdür; kundalini enerjisini, yani yaşam kuvvetini temsil eder. Bir kadın rüyasında bir yılanın onun bedeninin alt kısmından girip gövdesi boyunca yukarıya, boğazına kadar çıktığını görmüştü. Yılan boğazında sıkışıp kalmış ve kadın tıkanarak nefes alamaz hale gelmişti. Dehşet içinde uyanmıştı. İlk bakışta bu biraz sinir bozucu bir rüya gibi görünebilir, ama aslında bu rüya kadının hayatında olup bitenlerin kusursuz bir açıklamasıydı. Kundalini gücü omurganın dibinde yer alır. Böylece, yılan onun bedenine girer ve yukarı doğru çıkmaya baş-

lar. Biz enerjiyi uyandırdığımızda, o değişik çakralar boyunca yukarı doğru çıkar. Kadının enerjisi boğaz merkezine erişene dek iyi akıyordu ve enerji orada durarak tıkanmaya neden olmuştu. Kadın o merkezde enerjinin önünü kesiyor, gereksinimlerini ve hislerini dile getirmiyordu. Korku ve zayıf bir öz-imaj yüzünden iletişimin önünü kesiyordu. Bu rüya ona içsel gücünün canlı ve iyi olduğunu, duygularını ve gereksinimlerini bastırmayarak, ifade ederek boğaz merkezindeki tıkanıklığı giderdiğinde, başkalarıyla ilişkilerindeki mevcut sınırlamaları aşabileceğini açıklamıştı.

Para Rüyaları. Rüyanızda gördüğünüz kâğıt ya da bozuk paralar hayatınıza gelmekte olan değişiklikleri temsil eder. Bozuk paralar küçük değişiklikleri, kâğıt paralar büyük değişiklikleri temsil eder.

Tuvalet Rüyaları. Bu rüyalar içsel çöpümüzü ne kadar temizleyebildiğimizle ilgilidir. Biz gereksiz düşünceleri ve deneyimleri bırakabiliyor muyuz? Şimdi'de tam olarak yaşayabilmek için geçmişi bırakabiliyor muyuz? Rüyamızda tuvaletimizi yapmakta zorlanmamız veya kabızlık çekmemiz bir şeyleri bastırdığımızı gösterir. İshal ise hazır olsak da olmasak da bir şeyleri bırakmaya zorlandığımızı ve bu süreci kontrol edemediğimizi ifade eder. Tıkanmış bir tuvalet sizin içinizdeki olumsuzluğu ve kalıntıları bırakamadığınız anlamına gelir.

Ben rüyamda açıklık bir yerde duran üç tıkalı tuvalet görmüştüm. Bu benim davranışımı zihinsel, fiziksel ve duygusal olarak temizlemem gerektiğini bilmemi sağlamıştı. Şimdi ben yapmam gereken şeylerin, belirlemem gereken önceliklerin farkındaydım, çünkü tuvaletler herkesin göreceği şekilde sergileniyordu.

Kan Rüyaları. Bir rüyada görülen kan enerji kaybı anlamına gelir. Eğer siz bıçaklanmışsanız, bedeninizin neresinin ka-

nadığına dikkat edin ve nasıl enerji kaybetmekte olduğunuzu görmek için o kanayan bölgeye karşılık gelen çakrayı gözden geçirin. Rüyanızda öldürüldüğünüzü ya da bir başkasını öldürdüğünüzü görmeniz benliğinizin bir yanını öldürmekte olduğunuzu gösterir. Bu artık gerekli olmayan bir veçheniz olabileceği gibi, tekâmülünüz için hâlâ gerekli olan ama beslemeyi başaramadığınız bir yanınız da olabilir.

Ölüm Rüyaları. Bir ölüm eskinin sona ermesi ve yeniye yol açmak anlamına gelir. Bir ölüm rüyası nadiren gerçek bir ölüm anlamına gelir. Daha çok, o benliğin tekâmül ve yenilenme sürecinde ölmesi gereken bir yanının ölümünü ifade eder. Bu rüya ayrıca sizin içsel olarak öldüğünüz, hislerinizi ve duyarlılığınızı uyandırmanız gerektiği anlamına da gelebilir. Bu yüzden, mesajı anlamak için rüyadaki sembolleri dikkatle incelemelisiniz.

Kovalanma Rüyaları. Eğer rüyanızda birisi ya da bir şey tarafından kovalanıyorsanız ya da bir şeyden kaçmaya çalışıyorsanız, bir soruna bakmaktan kaçınıyorsunuz demektir. Eğer bacaklarınızı hareket ettiremiyor ya da ağır-çekim hareket ediyorsanız, kaçındığınız korkuyla yakında yüzleşmek zorunda kalacaksınız demektir. Siz kovalanırken kendinizi gereksiz bir ıstırap ve acı içine sokarsınız. Sizi hangi veçheniz kovalıyorsa, dönüp onunla yüzleşmeyi, onunla barışmayı hatırlayın, o zaman drama sona erecektir.

Rüya Yorumu

Rüyalar hemen her şekilde gelebilir ve hayal edilebilecek her sembolü ya da öykü konusunu kullanabilir. Belli sembolleri olduğu gibi, rüyanın verdiği genel hissi de tanımak rüyanın anlamını çözebilmek açısından önemlidir.

Birincisi, rüyayı elinizden geldiğince tam olarak yazın. İkin-

cisi, tanımlayabildiğiniz tüm sembolleri ve onların yanına olası anlamlarını yazın. Onları inceleyin. Üçüncüsü, kendi yorumunuzu yazın.

Aşağıda örnek bir rüya ve onun yorumu yer almaktadır:

1. Aşama: Rüya: Bir *kadın*, *spiritüel bir liderle* ve *spiritüel bir grubun* üyeleriyle birlikte bir *otobüsteydi*. Üzerinde *koyu renkli bir palto* ve *şapka* olan bir *adam* otobüse bindi. Adam herkesi *soymaya* başladı. Kadının *cüzdanında altı yüz dolar* vardı. Kadın bir *uyku tulumu* içinde *yatıyordu*. Cüzdanını saklamaya çalıştı, ama *sol eli* uyuşmuştu ve kadın hareket edemiyordu.

2. Aşama: Rüya sembollerini kaydetmek:
kadın - benliğin dişi, yaratıcı yanı
otobüs - tekâmül için büyük taşıt
spiritüel lider - kadının yüksek benliği, spiritüel öğretmen
spiritüel grup - benliğin tekâmülün bilincindeki yanları
adam - benliğin erkeksi, girişken, güçlü yanı
koyu renk - bilinmeyen
palto - örtü, saklanma
şapka - kadının oynadığı rol
soyma - enerji çalma
altı yüz dolar - 6 sayısı rehberliği simgeler, yüksek öğretmenler, Büyük Beyaz Kardeşlik (ışık öğretmenleri); dikkat edin
cüzdan - kimlik
uyku tulumu - bir kozada bulunma, bir rahimde saklanma
sol el - alan el
uyuşmuş - hissiz, pasif, başkalarının ona vermelerine izin vermeyen.

3. Aşama: Yorum: Kadının dişi yanı büyük bir tekâmül kapasitesine sahiptir. Onun birçok yanı tekâmülün bilin-

cindedir ve ona yüksek benliği rehberlik etmektedir. Kadın güçlü, girişken yanını gizlemiş ya da bastırmıştır. O yanını bilmemektedir. Kimseye hayır diyemediği için başkalarının onun enerjisini almalarına izin vermektedir. Gücünü başkalarına teslim etmektedir. 6 sayısı kadının, ona, "Ne yapmakta olduğuna bir bak. Girişken ol, hakkını savun!" diyen rehberliğidir.

Kadın girişken olarak, hakkını savunarak kimliğini yitirmekten korkuyordu ve kendi kozasına kapanmış bir halde bu konuda hiçbir şey yapamıyordu. Alamıyor ve başkalarının ona karşılık vermelerine izin veremiyordu. Tüm enerjisi dışarı gidiyor, enerji geri dönmüyordu. Kadının alamaması rüyanın esas mesajıydı.

Yorum Düzeyleri

Bir rüya birçok düzeyde görülebilir. Rüyanın mota mot anlamı genellikle doğru yorum değildir. Ama bu genellikle sizin ne istediğinize bağlıdır.

Örneğin, bir kadın kendisine evliliğiyle ilgili içgörü verilmesini istemişti. Daha önce evliliğini düzeltmek için birçok yolu denemiş, evlilik danışmanına gitmiş, eşiyle iletişim kurmaya çalışmıştı. Rüyasında eşiyle birlikte kendisini bir çölde gördü, yürürken tenekeden sahte düğün bandoları satan bir satıcıyla karşılaştılar. Kadın kocasına baktığında, onun yüzünü bir sis içinde ve uzakta gördü. Çölden çıkıp küçük bir evde dinlenmek için durduklarında, yabancı bir erkek kadını karşılayıp ona sıcak bir sevgiyle sarıldı ve kadın kocasıyla ilişkisinde bu sıcaklık ve sevginin eksik olduğunu hemen anladı.

Bu rüya, kadının erkeksi ve dişi yanlarının dengede olmadığı şeklinde yorumlanabilirdi, ama kadın özellikle kocasıyla ilişkisi hakkında içgörü almak istemişti. Bu durumda kadın kendi içinde denge üzerinde çalışıyordu. O bunu duymayı ne

kadar çok istememiş olsa da, sonunda eşiyle ilişkisinin karşılıklı sevgiye dayanmadığını idrak etti. Bu gerçek bir evlilik değildi ve hiçbir şeyin gelişmediği bir çöl evliliğin mevcut halini simgeliyordu. Bu rüyayı izleyen bir dizi rüya aynı şeyi gösterdi. Kadın o zaman evliliğini bitirmesi gerektiğini anladı.

Bu, söz konusu sorunun olumlu bir çözümüydü. Aldığımız bazı yanıtlar işitmek istediğimiz yanıtlar olmayabilse de, onlar daima bizim en yüksek hayrımız içindir. Kadın, evliliğini bitirir bitirmez, durumu görmesinin ve kendi hayatıyla ilgilenmesinin neden bu kadar uzun zaman aldığını merak etti.

Rüya İmgeleriyle Çalışmak

Tüm rüya imgelerinin sembolik bir mesajı vardır. En irkiltici olanlar korku imgeleridir. Bizim çocukluğumuzdan beri bastırdığımız birçok korkumuz vardır ve bunlar hem rüyalarda hem de meditatif hallerde serbestçe yüzeye çıkar. Sizin korkularınız olmadığınızı hatırlamanız önemlidir. Korkular sadece, kendi başlarına bir gerçekliği olmayan olumsuz düşünce formlarıdır. Biz onların gücünü ellerinden aldığımızda, onlar artık hayatımızı hiçbir şekilde etkileyemez.

Hayattaki amacımız kendimizle karşılaşmak olmasına rağmen, biz kendimizden kaçarak bir hayli zaman harcarız. Biz birçok şeyden, özellikle bilmediğimiz şeylerden korkarız. Anlamadığımız şeylerden korkarız. Her bir korku gerçek güzelliğimizin, içsel spiritüel varlığımızın önündeki bir engeli temsil eder. Bizim tüm bu korkutucu imgeleri iyi karşılamamız gerekir, çünkü onlar gelişimimizi engelleyen sınırlı düşünüşümüzü ve inançlarımızı bize gösterir.

Tanımladığınız ama anlamadığınız her imgeyle bir imgeleme çalışması veya meditasyon sırasında karşılaşabilir ve onun üzerinde çalışabilirsiniz. Bu yöntem özellikle korkutucu imgelerle çalışırken yardımcı olur. Eğer rüyalarınızda korkutucu bir

yaratık, bir canavar ya da korkutucu bir kişi görüyorsanız, bu orantısız bir biçimde büyümüş olan bir korkudur. Uyanınca o imgeyi tekrar zihninize getirin. O "varlığın" canavar kostümünün fermuarını açtığını, korkutucu kılığın yere yığıldığını hayal edin. Ortaya sizin bir yanınızın, belki minik bir insanın çıktığını ve size bir armağan verdiğini imgeleyin. O küçük varlığa size ne öğretmek istediğini sorun ve onun size mesajını sevgiyle verdiğini hayal edin.

Siz her rüya imgesiyle bir diyalog kurabilir ve onun sizi yanıtlamasına izin verebilirsiniz. Bununla ilgili olarak bir Disneyland numarası yapabilirsiniz. Eğer o bir ağaç ise, onun bir yüzü, kolları, bacakları olduğunu hayal edin ve ona sorular sorun. Eğer o büyük bir parmaklık veya duvarsa, yine onun bir yüzü olduğunu imgeleyin ve sizinle konuşmasına izin verin. Onun ne söyleyeceğini hayal edin. Bu yöntemi etkili bir biçimde kullanabilmek için şu aşamaları deneyebilirsiniz:

1. Anlamadığınız rüya imgesinin bir tarifini yazın.
2. Gevşeyin, meditatif bir hale girin, sonra o imgeyi zihninizde resmedin. Eğer o cansız bir nesneyse, onun bir yüzü olduğunu hayal edin ve sizinle konuşmasına izin verin. Eğer o büyük ve korkutucuysa, onun korkutucu Cadılar Bayramı kostümünün fermuarını açtığını ve onun içinden zararsız ve sıradan bir şey olarak ortaya çıktığını hayal edin. Sonra onunla konuşmaya başlayın. Hatırlayın, korkutma taktikleri sadece sizin dikkatinizi çekmek içindir.
3. Şimdi ona sorun: "Bana hangi içgörüyü getirdin?" Ya da, "Benim hangi yanımı temsil ediyorsun?" O imgenin sizinle konuşmasına izin verin; eğer sözler kolayca gelmezse onun ne diyebileceğini düşünüp hayal edin. O sırada gerçekten sözcükler işitebilir ya da bu formun gerçekte neyi temsil ettiğini güçlü bir biçimde hissedebilirsiniz.
4. Konuşmadan sonra, o imgeye, kendini size gösterdiği

için teşekkür edin. Eğer hâlâ net bir içgörüye ulaşamamışsanız, ondan, bir sonraki rüyanızda kendisini mesajı anlamanızı sağlayacak farklı bir biçimde sunmasını isteyin.

Siz rüya halini kontrol edebilmeye, yani rüya gördüğünüzü bilmeye başladığınızda, o zaman hâlâ rüyadayken durup o imgelerle karşılaşabilirsiniz. Eğer bir şey sizi kovalıyorsa, dönüp ona şöyle diyebilirsiniz: "Hey, dur hele. Hadi bu meseleyi halledelim. Neden beni kovalamana izin veriyorum ve sen benim hangi yanımı temsil ediyorsun?" Siz rüyanızda bir imgeyle yüzleşebildiğinizde, hemen onun ne olduğuyla ilgili bir içgörü alırsınız. Ve siz bir korkuyla yüzleşir yüzleşmez, onu yenmiş olursunuz. Bu sırada bir mizah duygusunu koruyun, o zaman doğru perspektife hemen ulaşırsınız.

Ayrıca, herhangi bir zamanda rüya gördüğünüzün farkına vardığınızda, o rüyayı durdurup, "Pekâlâ, şimdi öğrenmem gereken şeyi öğrenmeye hazırım" diyebilirsiniz. O sırada her soruyu sorabilir ve yanıtlar alabilirsiniz. İşte biz bunu yapmaya çalışıyoruz: Biz rüya halini tam olarak kontrol edebilmeye çalışıyoruz ki o daha yüksek bir öğrenimi ve benliğimizin bütünleşmesini sağlayacak bir vasıta olabilsin.

3

RÜYALAR VE BİLİNÇ

Aydınlanma ile Aramızdaki Bağlantı

Varoluşumuz boyunca biz içimizdeki bilinç düzeylerini birleştirmeye çalışırız, çünkü o zaman farkındalıkta hiçbir sınır tanımayız. Bir rüya bu düzeyler -bilinçli, bilinçaltı ve süper-bilinçli zihinler- arasında köprü kurmaya başlamamıza yardımcı olur.

Bilinçli zihin uzay-zaman realitesini beş duyu vasıtasıyla algılar; o mantıklı ve aklî düzeydir. Bilinçaltı bu enkarnasyondaki, bedenin hem içindeki hem de dışındaki tüm deneyimleri içeren bir bellek bankası gibidir. Süper-bilinçli zihin bunların çok ötesindedir. O tamamen tarafsız olan ve olup bitenleri izleyen Tanrı-benlik ya da yüksek bilinç gibidir. O, hayatın amacını ve ruhun misyonunu tamamen anlar. İşte bu düzeyden biz tüm yaşam plânımıza uyumlanabiliriz.

Rüyalar Tanrı, yüksek benliğiniz ya da ruhsal rehberliğiniz ile aranızdaki direkt bağlantıdır. Biz tüm bilgiye ulaşabilecek halde olsak da, bir anda aydınlanamayız. Biz köklenmiş halde kalabilmeli ve bilgi verildiğinde onu kullanabilmeli, onu hayatımıza katmalı, ancak ondan sonra bir sonraki aşamaya doğru ilerlemeliyiz.

Benim ruhsal bilgi kanalım bu konuda şu açıklamayı yapmıştır: "Bir anda aydınlanma diye bir şey yoktur. Siz kendinizi daha yüksek farkındalık düzeylerine açarken sağlam bir biçimde köklenmiş olduğunuzdan emin olmak istersiniz. Rüyalarla içgörü alarak ve onu günlük hayatınızda uygulayarak anlayışı birleştirmeye, özümsemeye başlarsınız. Kendi hayatınızdan

tümüyle sorumlu olduğunuzu ve iradenizi bir başkasına dayatmaya hiç hakkınızın olmadığını idrak edersiniz. İçgörünüz genişledikçe, bir sonraki düzeye geçmeye hak kazanırsınız. Eğer hepsi size bir anda verilseydi, böyle bir gücü ve bilgiyi nasıl kullanacağınızı bilemezdiniz."

Rüyalar ve Kendini Bilmek

Rüyalar kendinizi gerçek halinizle görmenize yardımcı olur: Onlar gerçek içsel güzelliğinizi, potansiyelinizi, üzerinde çalıştığınız derslerin anlatmak istediği şeyi nerede anlayıp nerede anlamadığınızı gösterir. Hiçbir şey kendinizi bilmekten daha önemli değildir. Bu, tüm realitelerin içindeki tüm katlardaki her şeyi kolaylaştırır.

Ruhsal bilgi kanalım bu konuda şu açıklamayı yapmıştır: "Sizler tekâmül etmek için ıstırap çekmek zorunda değilsiniz. Tanrı bunu tasarlamamıştır, bu kesinlikle O'nun kavramı değildir. Kendinizi bilmeyi öğrenmek sevinç ve zevk verici olmalıydı. Hepiniz hatalar yapacaksınız ve bazı şeyler ilk başta zor, uygunsuz ve rahatsız edici görünecektir. Ama eğer öğrenmeye hevesli ve meraklı çocuklar gibi olabilirseniz, hayatın gerçekte ne kadar harika bir serüven olduğunu anlamaya başlayacaksınız.

Hiçbir şey değişmez değildir. Rüyanızda hayatınızdaki belli bir sorunu gördüğünüzde, onun size o sorunu yaratıcı bir biçimde çözüp aşabilmeniz için gösterildiğini hatırlayın.

Kırılması en zor olan program, değişimi korkutucu, zor, acı verici ya da ağır çalışma gerektiren bir şey olarak görmektir. Eğer hayatı kendiniz için zorlaştırmak istiyorsanız, bu sizin seçiminizdir. Tanrı sabırlıdır. Yaşamanın sevinç verici ve çabasız olabileceğini öğrenmek için sonsuz bir zamana sahipsiniz. Siz günbegün hayatınızı yaratırsınız. Onu herhangi bir zamanda değiştirmeyi de seçebilirsiniz. Derslerden kaçmaktan yo-

rulup usandığınızda, çok hızlı bir biçimde sevinç dolu bir ilerleme kaydedebilirsiniz.

Bunun anahtarı, görecek gözlere ve işitecek kulaklara sahip olmaktır. Bazıları buna doğuştan sahiptirler, bazılarının onu geliştirmeleri daha uzun zaman alır. Bu tüm öğretilerde, deneyimlerde ve çevrenizdeki insanlarda gerçekleri ayırt edebilme yeteneğidir. İster kendi hayatınızda, ister bir başkasının hayatında olsun, dersler size sürekli olarak sunulur. Diğer insanların birbirleriyle ilişki ve etkileşimlerini izleyerek çok şey öğrenebilirsiniz. İzleyin ve gözlemleyin, ama yargılamayın. Hem kendinizle, hem de başkalarıyla ilgili olarak anahtar budur."

Kontrol Kazanmak

Rüyalarınızı kontrol edebilmeye başladığınızda, rüya gördüğünüzün çoğu kez farkında olursunuz. Daha önce de belirttiğim gibi, eğer rüyalarda korkularla ya da garip imgelerle karşılaşırsanız, onlara neyi temsil ettiklerini sorabilir ve yanıtı hemen alabilirsiniz.

Rüya halini kontrol edebildiğinizde, farkındalığınızı giderek daha yüksek düzeylere çıkarabilirsiniz. Enerjiniz ne kadar yüksekse, farkındalığınız ne kadar büyükse, hayatınız da o kadar kolay olur. İstediğiniz şeyi yaratmaya çok daha fazla uyumlanır ve doğuştan sahip olduğunuz gerçek hakkın yararlarını elde etmeye başlarsınız ki onlar sevinç, bolluk, anlayış, bilgelik ve sevgidir.

Onu Kaybetmeyin, Kullanın

Hayattaki ve dersleri öğrenmekteki en büyük sorun insanların kendilerine verilmiş olan araçları sürekli olarak kullanmamalarıdır. Eğer siz bir rüyayı programlama, bir sorunla ilgili içgörü edinmeye çalışma zahmetine girer, ama sonra o içgörüyü uygulamazsanız, tüm bu zahmet neye yarar? Hayat çok

basittir, ama biz istemeli, almalı, anlamalı ve uygulamalıyız. Başladığınız bir işin sonunu getirmek büyük bir iştir. İçsel benliğimize güvenecek cesarete sahip olmak, içsel kanılarımıza göre davranmak bizi özgürlüğe ve kendimizi tam olarak ifade etmeye açar. Hayatınızın mimarının ve kurucusunun kendiniz olduğunu hatırlayın. Siz büyük plânlar yapabilirsiniz, ama işin yapılmasını sağlayan şey o plânı uygulamak, o yapıyı günbegün inşa etmektir.

Bilinçli zihin ya da uyanıklık hali gerçekten bizim ev ödevimizi yapma zamanımızdır. O, dersleri uygulama, içgörüleri uygulamaya koyma zamanıdır. Aylaklık etme zamanı değildir. Yıllardır meditasyon yapan ya da rüyalarını izleyen ama hayatında belirgin bir değişim göremeyen birçok kişi bunun nedeninin çok basit olduğunu keşfedebilir. Eğer siz meditasyona yirmi dakika ya da bir rüyayı yazmaya on dakika ayırır, ama geriye kalan yirmi üç buçuk saatte olumsuz düşünüşünüzü ve kendinize-zarar-verici alışkanlıklarınızı izlemez ve onları değiştirmek için bir şey yapmazsanız, çok az şey elde edersiniz.

Rüyalar ve meditasyon bize dersleri ve prensipleri verir. Uyanıklık realitesi bize onları kullanarak uygulama yapmak için gerekli yaratıcı fırsatı verir. Tekâmül etmek ve değişmek için bizim aldığımız içgörüyü hayatımıza *katmamız* gerekir. O içgörüyü uygulamamız, uygulamamız ve uygulamamız gerekir.

Bundaki ironi şu ki, hayatımızdaki tüm durumları bize bir şeyler öğretmeleri için biz yaratırız. Biz kendi derslerimize yol açar, ama onlar geldiğinde üzülürüz. Kendinize acımanız illüzyonlarınızın farkında olmanız gerektiği anlamına gelir. Hissettiğiniz üzüntü ve korku kendi yarattığınız dersin bir parçasıdır. Bu hisse direnmeyi bırakıp, durumlara katılan kişilerin sadece sahnedeki aktörler olduklarını idrak ettiğinizde, o zaman olup bitenle ilgili içgörüler almakta özgür olursunuz.

Hayatı Kendiniz için Kolaylaştırmak

Eğer kendinizi gerçekten bilirseniz, o zaman hayatınız yolunda gider. Bire-bir ilişkilerde sorunlar yaşamazsınız. Reddedilmenize, hırpalanmanıza, size yalan söylenmesine, soyulmanıza yol açmazsınız. Canınızın sıkılmasına veya hayal kırıklığına uğramanıza yol açmazsınız, çünkü o yolla uyumlu bir biçimde yaratıcı yaşam yolunuzu takip edersiniz.

Kimsenin elinizden tutup size adım adım yol göstermeyeceğini hatırlayın. Eğer içgörü istiyorsanız, isteyin ve onu alacaksınız. Ama seçimlerinizi kendiniz yapmalı, kararlarınızı kendiniz vermelisiniz. Bu sizin hayatınızdır. Siz yazar, yapımcı ve yönetmensiniz ve tüm rolleri siz oynuyorsunuz. Ne istiyorsanız onu yaratın. Mutlak bir özgürlüğe sahipsiniz. Sizi sınırlayan sadece kendi düşüncelerinizdir.

Rüya sembolleriniz hayatınızı yöneten düşünce kalıplarını görmenize yardımcı olur. Rüyalar sizi hayatınızı ve dünyanızı dönüştürecek güce sahip olan yüksek bir bilinç ve anlayış düzeyine çıkarır.

Bütün amaç yaratmakta olduğunuz yaşam durumlarını objektif bir biçimde görmek, kendi inançlarınızla empoze ettiğiniz sınırlamaları ve engelleri incelemek ve onları en iyi şekilde nasıl aşabileceğinizi ya da nasıl ortadan kaldırabileceğinizi anlamaktır. Siz kendi tekâmülünüz üzerinde çalıştıkça, bundan tüm insanlar yararlanacaklardır; onlar sizin ışığınızı, bilginizi ve gerçeğinizi göreceklerdir.

II. KISIM

Rüya Sembolleri Sözlüğü

A

ACI: Bastırma, sorundan kaçınma; fiziksel, zihinsel, duygusal veya spiritüel benlikte uyumsuzluk. Sorunu belirlemek için bedenin neresinde, hangi çakra bölgesinde acı ya da ağrı hissettiğinize dikkat edin. Bkz. *Hastalık*.

ACİL DURUM: Uyanın! Dikkat edin! Bu önemli bir derstir. Yardım isteyin.

AÇIK: Yolunuz size gösterilmiştir, durum netleşmektedir; bir çıkış yolu vardır.

AÇIK KAPI: Farkındalık arayışınızda yeni bir aşamaya geçmek, ilerlemek, ötede bulunanı keşfetmek.

AÇLIK: Gizli arzular; ayrıca, spiritüel olarak beslenme, meditasyon yapma ihtiyacı.

AÇLIKTAN ÖLMEK: Sevgiden yoksunluk, kendini yaşam kuvvetinden ayırmak. Kendinizi meditasyonla, onaylamalarla ve gevşeme uygulamalarıyla besleyin.

ADA: Gevşeyip rahatlamak, kendini yaratıcı bir biçimde ifade etmek için sığınılacak bir yer. Ayrıca, kendini insanlara kapatma, durumlardan kaçma arzusu; kendini tecrit etme.

ADET DÖNEMİ: Dinlenme, temizlenme, tazelenme zamanı; gevşeyin ve yaratıcı yanınızı besleyin. Eğer kanama aşikârsa, bkz. *Kan*.

AFET: Hayatınızda hızlı ve ani bir değişim meydana gelecek. Değişimin doğasını anlamak için şu maddelere bakınız: *Tipi, Sel, Deprem*, vb.

AFOROZ EDİLMEK: En yüksek hayrınızla yeniden bağlantı kurun, hiçbir şeyin onunla bağlantınızı kesmesine izin vermeyin.

AĞ: Bir engel olarak, siz kendi düşünüşünüzün ağına yakalanmışsınız ve çıkış yolunu göremiyorsunuz demektir. Bir yardım olarak, bir ağ istediğiniz şeyleri yakalar veya hayatınızda (bir ip cambazı gibi) denge üzerinde çalışırken size güvenlik

sağlayabilir.
AĞAÇ: Hayatta bireysel gelişim ve tekâmülün sembolü. Ağacın kökleri temeli temsil eder: Güçlü ve derin kökler spiritüel (özsel) kaynakla bağlantı anlamına gelirken, yüzeysel, derine inmeyen kökler zayıf bir destek, içsel kuvvetin farkında olmamak anlamına gelir. Ağacın gövdesi omurgayı, kundalini gücünün, kuvvetin kaynağını temsil eder. Ağacın dalları beceriler, yetenekler ve kendinizi-ifade fırsatlarıdır. Yapraklar doğal yeteneklerinizin birçok tezahürü, dünyada çiçek açmanın ya da üretmenin sonuçlarıdır. Bir ağaç sadece kendi gelişiminden sorumludur. Ağacın budanması ona daha fazla ışık ve daha sağlıklı bir gelişim sağlar. Cılız bir ağaç potansiyelinizin, kendi-değerinizin farkında olmamak anlamına gelir. Yaşlı, boğum boğum olmuş bir ağaç hayatın fırtınalarının size çok zarar vermiş olduğunu gösterir; siz deneyimlerinizden dersler almamış ya da gereksiz yanlarınızı budamamışsınızdır. Dev sekoya ağacı gibi olun, görkemli bir kendini-ifadeyle hep yukarı doğru yükselin.
AĞAÇ DALI: Geliştirmiş olduğunuz bir yetenek ya da beceri anlamına gelir; her bir dalın kendi nitelikleri ya da yaprakları vardır. Bkz. *Ağaç*.
AĞIL: Eğer rüyanızda kendinizi çevresi çitle çevrili, üstü açık bir ağılda görürseniz, bu aşmanız gereken engellerinizin bulunduğu, ama onları aşmanızın zor olmadığı anlamına gelir.
AĞIR: Omuzlarınızda çok fazla yük taşıyor olmanız; önceliklerinizi netleştirin, sadeleştirin, sizi aşağı çeken şeyi bırakın, başkasına devredin, hafifleyin.
AĞIZ: Sözle ifade etme, iletişim; kendinizi ifade edin. Ayrıca, büyük bir ağız dedikodu anlamına gelir; başkaları hakkında neler söylediğinizi gözlemleyin. Bu sembol ayrıca beslenme kaynağını da ifade eder.
AĞLAMAK: Stres ve gerilimin boşalması, hayal kırıklığı; eğer

bu sevinç gözyaşlarıysa, bir sorunu çözmek, engelleri aşmak anlamına gelebilir; ya da hayatın güzelliğini ve bütünlüğünü takdir edip hayranlık hissiyle dolmaktan kaynaklanan bir duygusal boşalım olabilir.

AĞRI: Bkz. *Acı*.

AHIR: Kendi güç kaynağımız için bir koruma. Bkz. *At*.

AHMAK: Kafanızı kullanmamanız. Hayatta ne yapmakta olduğunuzu düşünün. Gücünüzü başkalarına teslim etmeyin.

AHTAPOT: Eğer yüzmek duygusal hayatta kusursuz denge ve uyumu ifade ediyorsa, ahtapot sekiz bacaklı olduğundan o kozmik anlamda kendinizi kendi gücünüzle ileriye doğru ittiğinizi gösterir. Eğer ahtapot farklı şeyleri kapmaya çalışıyorsa, bu kontrolsüz bir biçimde birçok yöne yöneldiğinizi gösterir. Eğer ahtapot denizin derinliklerinden yüzeye çıkıyor ve korkutucu görünüyorsa, bu bilinmeyen duygusal derinliklerinizden korkmanız anlamına gelir.

AIDS: Bkz *Kanser*.

AİLE: Benliğinizin veçhelerinin veya oynadığı rollerin bütünleştirilmeleri. Bu rüya size belli bir aile ferdiyle ilişkinizin dinamiklerini gösterebilse de, genellikle rüyanızda gördüğünüz her bir kişi sizi temsil eder.

AİLE OCAĞI: Yuva, rahatlık; güvenliği arzulamak ya da ona ihtiyaç duymak. Çok fazla yöne yönelmek; sevecen bir desteğe ve kendini toparlamaya ihtiyaç duymak.

AKBABA: Artık gereksinmediğiniz eski yanlarınızı, inançlarınızı, tutumlarınızı yok eder. Yaratıcı, yeni, canlı fikirler yerine, eski, çürüyen fikirlerle beslenir.

AKCİĞERLER: Arınma. Bkz. *Kalp, Çakra*.

AKILLI TELEFON: Bir rüyada akıllı telefon kullanmanız ruhsal rehberliğinizle akıllı bir biçimde iletişim kurduğunuzu, ona mesajlar gönderdiğinizi ve onun verdiği mesajları aldığınızı gösterir.

AKIŞ: Akışa uyun!

AKITIP BOŞALTMAK (Drenaj Yapmak): Duyguları boşaltmak. Ayrıca, gücünüzü başkalarına nasıl teslim ediyor ya da enerjinizi nasıl yitiriyor olabileceğinizi görün. Yorum rüyanın içeriğine bağlıdır.

AKRABA: Kendi veçheleriniz belli bir bireyle özdeşleştirdiğiniz nitelikler ya da özellikler tarafından temsil edilirler. Bu nadiren o kişiyi temsil eder, neredeyse daima o sizsinizdir.

AKREP: Acı sözler, zehirli düşünceler.

AKTÖR: Oynadığınız rol, başkalarının sizi nasıl gördükleri; şu anda oynadığınız ve belirli bir amaca hizmet eden bir rol. Hepimiz aktörleriz; roller ve yaşam deneyimleri illüzyondur. Kendimizi sunuşumuz biz geliştikçe değişir; rollerimiz genişleyen farkındalığımız ve kendimizi (gerçek benliğimizi) bilişle değişir.

AKÜ: Bkz. *Pil*.

AKVARYUM: Şimdi hayatınızda gerekli olan bir duygusal sakinleşme. O size duygularınızı rahat ve sakin bir biçimde göstermektedir. Bkz. *Balık, Su*.

ALAADDİN'İN SİHİRLİ LAMBASI: Benliğin enerjiyi dönüştüren, mucizeler yaratan mistik yanı; bir kez onu nasıl kullanacağınızı öğrendiğinizde sizin hizmetinize giren yaratıcı bilinçdışı.

ALABORA OLMAK: Rahatsız edici bulduğunuz durumlardan kaçınmak; duygusal olarak boşalmak. Bilinçdışı, duygusal benlikten korkmak; suçluluk ve iktidarsızlık hisleri. Tekrar teknenize binin ve dalgalı denizde ilerleyin.

ALACAKARANLIK: Bir ilişkinin, durumun ya da deneyimin sona ermesi.

ALARM: Uyarı; yolunuzdan sapıyor, kuşkulu bir duruma ya da ilişkiye doğru yaklaşıyorsunuz. Bunun farkına varın ve değiştirilmesi gereken şey için sorumluluk alın.

ALBÜM: Bir fotoğraf albümüne bakmak sizin yeni bir ortamda aynı eski derslerle tekrar karşılaşmakta olduğunuz anlamına gelir. Ayrıca, bu şimdiki zamanda kullanmak için geçmişte kazandığınız içgörüleri hatırlamak anlamına da gelir. Ayrıca, zevk kaynağı; yaşam deneyimlerinin kaydı.

ALDATMAK: Kendinize karşı dürüst olmak yerine, bir şeyden kaçıp kurtulmaya çalışmak.

ALERJİ: Fiziksel yapıdan ya da duygusal bastırmadan dolayı aşırı duyarlılık.

ALETLER: Tüm korkularınızı yenmeniz ve tüm hedeflerinize erişmeniz için gerekli gereçler. Kendinizi onarmanız, yenilemeniz, yeni bir başlangıç yapmanız, öğrenmeniz, gelişmeniz ve isteklerinizi gerçekleştirmeniz için gerekli tüm aletler kendi içinizdedir. İşe koyulun.

ALEV: Kalbinizdeki ya da içinizdeki Tanrı ışığı; içsel görüş için fener ışığı, spiritüel uyanış. Ne kadar çok meditasyon yaparsanız, ışığınız o kadar parlak olur.

ALEV ALEV YANMAK: Arınma ve yenilenme. Bunun amacı, eski düşünüşü yok etmek ve yeni inançlara ve anlayışa yer açmaktır.

ALFABE: Fikirleri ve hisleri ifade etmek için temel semboller; realitenin kültürel yorumları. Kavramları ve hisleri bir araya getirmek, ama anlayış hali hâlâ ilkeldir. Bireysel harfler numerolojik anlamlarıyla yorumlanabilir. Örneğin, A, J ve S harflerinin her biri: 1.

Aşağıdaki tablonun yanı sıra, *Sayı* maddesine de bakınız.

1	2	3	4	5	6	7	8	9
A	B	C	D	E	F	G	H	I
J	K	L	M	N	O	P	Q	R
S	T	U	V	W	X	Y	Z	

ALIN: Gerçeğin gözü. Eğer tarafsız kalıp üçüncü gözümüzle, bilgece bakabilirsek, biz de Tanrı'nın ve Öğretmenlerimizin gör-

dükleri gibi görebiliriz.

ALIŞVERİŞ ARABASI: Kendinizi her açıdan beslemek için gereksindiğiniz her şeyi toplayıp kolayca taşımanızı sağlayacak bir yardım.

ALKIŞ: Ruhsal rehberliğinizin, yüksek benliğinizin sizi kutlaması; başarılı olduğunuz büyük ya da küçük bir işten dolayı kendi kendinizi takdir etmeniz. Öz-saygınızı artırmanız ya da bunu yapmanızın gerekmesi.

ALKOL: Alkollü her madde uyuşturucu bir etki yapar, zihni ve hisleri uyuşturur. Bu rüya aşırı-duyarlı bir halde olduğunuzu, içsel dengenizi korumak için gevşemenizin, meditasyon yapmanızın ve enerji alanınızı genişletmenizin gerektiğini gösteriyor olabilir. Kendinizi korkusuzca ifade etmeniz gerektiğini ifade ediyor olabilir. Ayrıca, İsa suyu şaraba dönüştürmüş olduğundan, alkol bir dönüşüm simgesidir de; bu anlamda o bilincin daha yüksek spiritüel farkındalığa erişecek biçimde dönüşüm geçirmesini ifade eder.

ALTIN: Mesih ışığı, sevgi. Size ilahî olarak bahşedilmiş bir şey; içinizdeki büyük hazine.

ALTIN POST (Mitolojik): İnisiyasyon; spiritüel bir mesaj, ilahî koruma.

AMBAR: Korunma ve beslenme ihtiyacı. Bkz. *Çiftlik*.

AMBULANS: Acil bir durum; durup önünüzdeki duruma dikkatinizi verin.

AMCA: Bkz. *Erkek*.

AMELİYAT: İyileşme, düzelme; bedenin hangi bölümü, hangi çakra üzerinde çalışıldığına dikkat edin. Eğer büyük bir kan kaybı görülüyorsa, bu gevşemeniz ve kendinizi fiziksel, zihinsel ve/veya spiritüel olarak yeniden toparlarken enerjinizi korumanız gerektiği anlamına gelir. Bkz. *Beden*.

ÂMİR: Bkz. *Patron*.

AMPUL: Ampul ışık veriyorsa bu bir fikirdir; eğer o ışık ver-

miyorsa, enerji alanınızı genişletmek ve yeni fikirler almak için meditasyon yapın.

ANA-BABA: Bkz. *Ebeveyn*.

ANAHTAR: Kapıyı tüm gerçeğe açan içsel farkındalık; bilgelik, bilgi.

ANESTEZİ: Kontrol merkezinizin uykuda olması, hislerinizin, duygularınızın uyuşmuş olması; net bir biçimde görüp işitememeniz. Hayatınıza bakmaktan ve kendi sorumluluğunuzu üstlenmekten kaçınmanız. Anestezinin etkisi yavaş yavaş geçer, ama siz bu süreci meditasyonla hızlandırabilirsiniz.

ANK (tepesi halka şeklinde haç): Spiritüel güç, kadim Mısır'dan kalma yaşam sembolü. Kadim bilgi kaynaklarını kullanmak.

ANKET: Bkz. *Röportaj Yapmak*.

ANLAŞMA: Kendi içinizde ya da bir başkasıyla uyum; kesin bir karar. Kendi yönünüzü belirleyen bir söz ya da sözleşme. Bu olumlu ya da olumsuz bir anlaşma olabilir, bu yüzden anlaşmanın doğasını anlayın ve olası sonuçlarını araştırın.

ANNE: Genellikle dişi benliğin daha yaşlı, daha bilge, daha deneyimli yanını temsil eder. Ayrıca anne figürüne projekte ettiğiniz hisleri temsil eder. Eğer bunlar olumsuz hislerse, bu genellikle gücünü başkalarına teslim eden, kendini sevmeyen, başkalarının ihtiyaçlarını karşılayıp kendininkileri ihmal eden kendi anaç benliğimize karşı duyduğumuz nefreti veya içerlemeyi yansıtır. Bkz. *Dişi*.

ANOREKSİ: Bkz. *İştahsızlık*.

ANSİKLOPEDİ: Siz dünyanın tüm bilgeliğine sahipsiniz. O tümüyle sizin içinizdedir.

ANTEN: Enerjiyi aktarma ve alma yeteneği. Hangi düşünceleri aktarabildiğinizi ve alabildiğinizi enerji düzeyiniz belirler; siz çevrenizdeki dünyayla daima bir düzeyde iletişim içindesiniz. Mevcut uyumlanma kapasiteniz hakkında bir fikir edine-

bilmek için anteninizin nasıl göründüğünü inceleyin: Uzun, kısa, eğilmiş, kırılmış. Meditasyon güçlü bir anten oluşturarak kontrolü ve hassas uyumlanışı artırır; siz istediğinizde bu iletişime uyumlanmayı ya da kendinizi ona kapatmayı ve genişlemiş bilinç hallerinden bilgi almayı öğrenebilirsiniz.

ANTİKA: Genellikle artık öğrenme ve tekâmül etme amacınıza hizmet etmiş olan ve şimdi bırakmanız gereken eski bir kalıbı, inanç sistemini ya da programı temsil eder. Değişmekten korkmak. Geçmişinizden kaynaklanan bir kök.

ANTİSEPTİK: Temizler ve iyileştirir; istenmeyen olumsuz düşüncelerden korur.

APIŞ: Dişi yaratıcı ve erkek girişken güçlerinizin merkezi.

APSE: Bkz. *Çıban*.

APTAL: Bkz. *Geri Zekâlı*.

ARABA: Günlük fiziksel hayattaki siz. Araba ne kadar büyükse, istediğiniz şeyi gerçekleştirmek için o kadar çok potansiyel kullanıyorsunuz demektir. Eğer arabayla yokuş yukarı gidiyorsanız, doğru yolda ilerliyorsunuz demektir. Yokuş aşağı, yanlış yöndür. Hem yokuş yukarı, hem de aşağı gidiyorsanız, kendinizi kontrol edemiyorsunuz demektir ve enerjiniz dağınık haldedir. Eğer siz sürücü koltuğunda değilseniz, arabanızı kimin sürmesine izin veriyorsunuz? Direksiyona geçin, hayatınızın ve onun gideceği yönü belirlemenin sorumluluğunu üstlenin. Arabanın rengine ve eğer varsa, içinde başka kaç kişinin bulunduğuna dikkat edin. Bkz. *Sayı* ve *Renk*. Ayrıca, bkz. *Üstü Açılabilir Araba.*

ARABA LASTİKLERİ: Bkz. *Lastikler.*

ARABA SÜRMEK: Arabayı kendiniz sürmeniz hayatınızın kontrolünü elinizde tutmanız anlamına gelir. Arabayı nasıl sürdüğünüze ve arabadaki yerinize dikkat edin. Eğer siz sürücü koltuğunda değilseniz, hayatınızı kim ya da ne yönetiyor?

ARAF: Arınma. Tekâmülünüzü sınırlayan olumsuz program-

ları ve düşünceleri inceleme.

ARAMA, ARAŞTIRMA: Kendinizi hep yanlış yerlerde arıyorsunuz; içinize bakın.

ARENA: Bkz. *Stadyum*.

ARI: Harika, bütünleştirici kuvvet; doğayla yakınlık; hayatta tatlılığın yaratıcısı. Ayrıca, batıcı ve acıtıcı düşünceler ve sözler, dedikodu. Faaliyet karmaşası, küçük şeylerin sizi rahatsız etmesine izin vermeniz.

ARI KOVANI: Enerjinin organize ve verimli bir biçimde kullanılması.

ARI SOKMASI: Bir böceğin sokmasında olduğu gibi, küçük şeylerin canınızı sıkması. İğneli sözler, acı düşünceler. Olumsuz sızıntıyı temizleyin.

ARKADAŞ: Bir arkadaşınızda gördüğünüz bir nitelik, kendi benliğinizin belki kolayca fark edilmeyen bir niteliğidir.

ARP: Uyum, tanrıların müziği. Spiritüel uyanış ya da yüksek benliğinizin sizi ruhen beslemesi.

ARŞİV: Tüm ruhların bir hayattan diğerine onlarla birlikte giden ruhsal kayıtları vardır. Onlar insanın tekâmül, bilinç, kendini bilme ve sevme açısından kaydettiği ilerlemeyi gösterir.

ARTRİT (Mafsal İltihabı): Bastırma; katı tutumlar ve inançlarla kendini kımıldayamaz duruma getirme. Hislerini ve ihtiyaçlarını ifade edememe. Kendini cezalandırma.

AS (Birli): Elinizde koz olarak sakladığınız bir as olarak, sizi hayat oyununda ileriye götürecek bir beceri veya yetenek. Ayrıca 1 ve 11. Bkz *Sayı*.

ASA: İçinizdeki yaratıcı güç. Siz sadece hayal gücünüze yüklediğiniz kısıtlamalar tarafından sınırlanırsınız. İçsel realite bir anda değişip dışsal realiteyi ve deneyimleri değiştirebilir.

ASALAK (Parazit): Sizi yiyip bitiren ve enerjinizi tüketen bir şey veya birisi; bu kendi olumsuz düşünüşünüz ve korkunuz ya da enerjinizi tüketen bir başka kişiyle ilişkiniz olabilir. Ay-

rıca bkz. *Sülük, Vampir.*

ASANSÖR: Asansörün yukarı çıkması ya da aşağı inmesi sizin doğru yönde gidip gitmediğinizi gösterir. Yukarı çıkmak doğru yolda olmak, daha yüksek bir perspektif edinmek anlamına gelirken, aşağı inmek yanlış yönde gitmek anlamına gelir. Aşağı inmek, ayrıca, sizin kökleri derinlerdeki sorunları araştırdığınız, hislerinizi ve güdülerinizi anlamaya çalıştığınız anlamına da gelebilir.

ASİT: Sizi yolunuzdan saptırma veya yıpratma gücüne sahip düşünceler. Bir asit testi, öğrenilen derslerin niteliğini ya da gerçek değerini belirler; değerlendirme anlamına gelir.

ASKER: Bkz. *Silahlı Kuvvetler.*

ASKER ÇIKARMA: (İkinci Dünya Savaşı'nda Normandiya'ya asker çıkarmak gibi.) Olumlu ve olumsuz tutumlarınızın ve inançlarınızın karşı karşıya gelmesi.

ASKERDEN ARINDIRMA: Savaşan veçheleriniz arasında ateşkes ilan etmek.

ASKERİ YÜRÜYÜŞ (topluca uygun adım yürüyüş): Benliğinin tüm yanlarının kesinlik ve doğruluk içinde birlikte çalışmaları.

Bkz. *Topluca Uygun Adım Yürüyüş.*

ASLAN: Kuvvet, güç, dişilik. Kendindeki ya da başkalarındaki saldırganlıktan, öfkeden korkmak. Aslanı evcilleştirmek insanın içsel kuvvet ve sevgiyle kendi korkularıyla yüzleşmesi anlamına gelir. Bkz. *Hayvan.*

ASMAK: Kendini asmak kendini suçluluk duygusu ve korkuyla harap etmek; kendini ifade etmemek, enerjinin boğaz çakrasında tıkanması, çok fazla stres ve gerilim barındırmak anlamına gelir. Olumsuzluktan kurtulun, kendinizi ve diğerlerini bağışlayın ve hayatla ilgilenin. Eğer rüyada giysilerinizi asıyorsanız, onlar sizin takıntılarınızı temsil eder. Bkz. *Temsili Bir Kuklayı Asmak.*

ASTIM (Nefes Darlığı): Kalp merkezinizi koruyamamanız, çevrenizdekilerden çok fazla stres ve gerilim almanız. Güçlükle nefes almak duygusal bir fazla-yükten kaynaklanır. Enerjinizi yükseltmek ve kendi içinizde merkezlenmek için gevşemeniz ve meditasyon yapmanız yararlı olur.

ASTROLOJİ: Gezegensel kozmik döngülerin kendi hayatınızla ilişkisi; kozmik etki, enerjiler. Öğreniminizi ve tekâmülünüzü hızlandırmak için kullanabileceğiniz veçheler ya da yapılar haritası, ana hatlar. Astrolojik kümelenmeler daha yüksek farkındalığa doğru atlama taşlarıdır; siz varlığınızın herhangi bir düzeyindeki herhangi bir etkiyi nasıl kullanacağınızı, ona nasıl karşılık vereceğinizi seçme özgürlüğüne daima sahipsiniz. Bkz. *Yıldız Haritası*.

ASTRONOT: Spiritüel serüvenci ya da kâşif. Yeni bir farkındalığa açılmaya hazır olmak. Hiçbir sınırlamanın olmaması.

AŞAĞI İNMEK: Hayatta yanlış yön. Ne yaptığınıza bir bakıp yön değiştirmeniz önemlidir.

AŞÇI: Hayatınızın birçok malzemesini bir araya getirmek. Neyin olup bittiğini ve nasıl ilerlediğinizi gözlemleyin. Eğer bir şey yanıyorsa, o zaman siz çok fazla baskı altında çalışıyorsunuz demektir. Fesat pişirmek. Ayrıca, siz gerçekten yemek pişiriyor, fikirlerle dolu olarak aşçılık yapıyor olabilirsiniz.

AŞI OLMAK: Korunma. Endişelenip tasalanmadan deneyimlerden geçebilme yeteneği.

AT: Özgürlük, güç; cinsel enerji. Ata binmek doğayla bir'liği, genişlemiş benlik duygusunu ifade eder.

ATARDAMAR: Siz ya akışa uyuyorsunuz ya da yavaşlamanız, gevşemeniz ve kontrolü bırakmayı öğrenmeniz gerekiyor.

ATASÖZÜ: Bilgece öğreti, mesaj.

ATEŞ: İçinizdeki, omurganızın dibine çöreklenmiş olan kundalini ya da yaşam kuvveti. Daha yüksek bilgiye açılabilmek için tüm inanç sistemlerinden arınmanız. Bkz. *Kundalini*.

ATEŞİN YÜKSELMESİ: Fiziksel, zihinsel veya spiritüel varlıkta uyumsuzluk. Sağlıksız bir biçimde ortaya çıkan kızgın duygular.

ATEŞLEME TERTİBATI (Otomotiv): Güç anahtarı; gelişmek için o anahtarı çevirin.

ATEŞLEMEK, TUTUŞTURMAK: Bir enerji patlaması. Bazı bireyler kendilerinin ve başkalarının enerji düzeylerini ateşleyebilen ve yükseltebilen, onlara adeta uçtuklarını duyumsatan bir karizmaya sahiptirler.

ATEŞLİ SİLAH: Cinsel enerji. Eğer bir silahla vurulmuşsanız, bedeninizin neresinin yaralandığına dikkat edin; o çakradan enerji kaybediyorsunuz demektir. Eğer birisi sizi elinde bir silahla kovalıyorsa, kendi cinselliğinizden korkuyorsunuz demektir. Bkz. *Penis*.

ATKI: Bkz. *Şal*.

ATLAMAK: Yeni bir şeye atlamak. İlerleyin. Ayrıca, atlamadan önce nereye atladığınıza bakın.

ATLET: Enerjiyi yoğunlaştırıp yönlendirerek zihinsel, fiziksel ve spiritüel kuvvetleri birleştirme. Çalıştırılan beden bölümlerinin (kollar, baş, sırt: bkz. beden organları) ifade ettiği nitelikleri güçlendirmek; kullanılan aletlerin ifade ettiği yetenekleri (denge, esneklik, dayanıklılık) geliştirmek. Fiziksel benlikte farkındalığı ve enerjiyi artırma ihtiyacı.

ATLIKARINCA: Karma çarkı; sürekli aynı eski numaralar ve programlar içinde dönüp duruyorsunuz. Ne yaptığınıza bir bakın. Bu çarkın dışına çıkıp biraz ilerleme kaydedin.

ATOM BOMBASI: Muazzam enerji potansiyeli ve onun yaratıcı kullanımı için sorumluluk. Bu rüya patlamanın eşiğindeki büyük bir duygusal bastırmayı işaret ediyor olabilir; o duyguları ifade edin, yardım arayın, kendi ihtiyaçlarınıza dikkat edin ve hemen eyleme geçin. Ayrıca, içinizdeki kundalini ateşinin ya da enerjisinin uyanışı ki o daha yüksek farkındalığa

doğru bir patlama gibidir.

AURA: Çevrenizdeki enerji alanı ya da ışık, karizma; auranın gücü ya da yoğunluğu hayatınızı ne kadar kolaylaştırdığınızı ya da zorlaştırdığınızı yansıtır. Enerji ne kadar yüksekse, siz daha fazla zihinsel berraklığa sahip olursunuz, Meditasyon bu enerji alanının titreşimini yükseltir ve besleyip korur.

AVA ÇIKMAK: Bazı yanlarınızı, içinizdeki bilinmeyeni aramanız. Hayvanları avlamak kendini hayvani ya da düşük dürtülerden kurtarmaya çalışmak anlamına da gelebilir.

AVATAR: Bkz. *Rehberlik, Guru* ve *Öğretmen.*

AVİZE: İçsel ışığınızın çok zarif, güzel yansıması.

AVLU: Değişim rüzgârlarına maruz kalmayan, korunan bir gelişim. Kolayca gerçekleştirebileceğimiz bir tekâmül. Bkz. *İç Bahçe.*

AVUKAT (Hukukçu): Rehber, öğretmen, yüksek benlik. Eğer isterseniz yardım alabilirsiniz. Bkz. *Savcı.*

AY: Rüyanın içeriğine bağlı olarak, bu sembol güvenlik, iç huzuru, romantizm, sevgi, sessizlik, yaratıcılık ve ilham anlamına gelebilir. Ayrıca, ay gelgitleri etkilediğinden, duygusal etki anlamına da gelir. Eğer siz kendi içinizde merkezlenmemişseniz, bir dolunay karmaşa hislerini artırabilir.

AYAK: Ayaklarını yere sağlam basma, köklenme, denge. Enerjiyi iletmek, bedeni dengelemek ve iyileştirmek bakımından hayati öneme sahip olan sinir merkezleri ve refleks noktaları da ayaklarda bulunur. Eğer sol ayağınız yaralanmışsa, kendinize alma iznini vermiyorsunuz demektir. Eğer sağ ayağınız yaralanmışsa, tekrar doldurmadan çok fazla enerji veriyorsunuz demektir. Ayağını yıkamak şifa bulmak anlamına gelir. Rüyanın içeriğine bakın. Çıplak ayak sizin köklendiğinizi ve yerküre ile temasta olduğunuzu gösterir. Bkz. *Beden.*

AYAK BAŞPARMAĞININ DİĞERLERİNİN ALTINDA OLMASI: Duygusal bir haldeyken düşmemek için hareketle-

rinize dikkat edin.
AYAK BİLEĞİ: Hareketi, manevrayı sağlamak için önemlidir. Esneklik ve destek. Bkz. *Beden*.
AYAK DEĞİRMENİ: Programlara, tutumlara, inançlara saplanıp kalmak, aynı eski numaralarla daireler çizip durmak. Tekâmül edemediğiniz için sıkılmanız. Siz istediğiniz zaman o kısır döngüden kurtulmakta özgürsünüz.
AYAK İZLERİ: Öğrenmiş olduğunuz olumlu dersleri görmek için dönüp geçmişe bakmak. Önünüzde uzanan ayak izleri sizi başarıya götüren bir yoldur.
AYAK PARMAĞI: Dengelenmek için yardım. Hayatınızda neyin olup bittiğini, içinde bulunduğunuz durumu yeni yeni kavramaya başlamanız. Büyük bir parmak hipofiz salgı bezini temsil ediyor olabilir. Bkz. *Ayak*.
AYAKKABI: Köklenme. Hayat yolculuğunuzda sizi koruyan şeyler. Çok fazla ayakkabı giymek, çok fazla rolü yerine getirmek anlamına gelir. Bkz. *Ayak*.
AYI: Kuvvet, güç; değişken ve güvenilmez duygusal enerji.
AYNA: Kendinizle karşılaşmanız; dünyayı kendi programlarınız ve tutumlarınızla görmeniz. Bu sembol ayrıca başkalarını eleştirip durduğunuz ve artık kendinize bakmanız gerektiği anlamına da gelebilir.
AZİZ: Öğretmen, rehber, bilge varlık, yüksek benlik. Eğer bu belli bir aziz ise, o bu zamanda farkına varmanız gereken kendi nitelikleriniz ya da yüksek bir öğretmenden gelen özel bir mesaj olabilir.

B

BABA: Daha bilge, daha olgun erkeksi benlik; içinizdeki bilge yaşlı adam. Tanrı'ya atfedilen -koruyuculuk ve besleyicilik gibi- veçheler; ya da kendi babanıza veya babanız rolünü oynayan kişiye projekte ettiğiniz nitelikler.

BACA: Benliğin uzantısı; dumanın bir bacadan çıkıp gidişi gibi, arınma ve bırakma kanalı. Bkz. *Ev*.

BACAK: Hayattaki temeliniz. Değişik derslerle karşılaşmanızı sağlayan motivasyon, devingenlik. Köklenmiş halde kalmak için destek ya da köklenme yeteneği. Sol bacak enerjiyi almayı, sağ bacaksa vermeyi işaret eder. Bkz. *Beden*.

BAGAJ: Gereksiz yolculuklar, programlar ya da kim olduğunuzu tanımlamak için taşıyıp durduğunuz düşünce formları; aşırı ıvır zıvır ve yığıntı. Genellikle komik bir biçimde sunulan bagaj aslında oldukça kolay olan bir şeyi zorlaştırmak anlamına gelir.

BAĞ: Siz ruhen ve spiritüel olarak rehberlerinize ve koruyucu meleğinize bağlısınız. Onlar her zaman sizinle birlikteler.

BAĞIMLI: Kişisel gücünüzü bırakmak, öz-farkındalığınızı bir şeye ya da birisine teslim etmek. Kendi sorumluluğunuzu üstlenmek yerine, korku ve güvensizlik tarafından güdülmek, kendi Tanrı-benliğinizi ya da içinizdeki öğretmeni yadsımak.

BAĞIR: Teselli etmek, beslemek, anaçlık. Kendini avutmak.

BAĞIRMAK: Dikkat edin; dikkat çekin, yardım isteyin.

BAĞIRSAK: Derin ya da gizli hisler; bir durumun bağırsakları, temel anlayış. Geçmişi, kullanılmayan ve gereksiz deneyimleri ve fikirleri bırakmak.

BAHÇE: Kendi çalışmanızın ve emeğinizin meyveleri; öğrenme ve tekâmül etme çabanızın sonuçları. Bir bahçe bakım ve sulama ister; bahçede çok fazla yabani otun bulunması sizin günlük hayatta her şeyin üzerine çıkamadığınızı gösterir, öyleyse düzene girmeye, önceliklerinizi belirlemeye daha çok zaman ayırın. Zihni sakinleştirmenin, kendinizi toparlayıp enerjiyle dolmanın sağlıklı bir yolunu bulun.

BAKIR: Isı, enerji, yaşam kuvveti iletkeni; güzellik, kuvvet, esneklik, sağlık.

BAKİRE: Bilinmeyen yanlarınız; keşfedilmemiş boyutlarınız.

Saflık, bütünlük. Bakire bir kızın en arzu edilir cinsel partner olması miti ilişkilere zarar veren sınırlayıcı bir inançtır. Ancak olgunlukla, sevgiyi vererek ve alarak bağlılığın, açıklığın tam ifadesi gelişir.

BAKKAL DÜKKÂNI: Bkz. *Dükkân, Mağaza, Pazar.*

BAKKAL TORBASI: Kendinizi beslemek için gereçler.

BAKTERİ: Hayatı destekleyen bakteriler ve onu yıkan bakteriler vardır. Her ikisi de bu gezegende gereklidir. Rüyanızda hangi tip daha hâkim görünüyordu?

BAL: Hayattaki tatlılık; bolluk. Sizin tatlı doğanız. Ama siz bir şeylere sakız gibi yapışıyor olabilirsiniz de. Bkz. *Altın.*

BALDIR: Bacak baldırı kuvveti, esnekliği, hareketi temsil eder.

BALDIRAN (Ağı Otu): Gerçek; inandığınız bir şeyi savunmanız.

BALERİN: Dengeleyici, sevinç verici, yükseltici. Bkz. *Dans.*

BALGAM: Bkz. *Sümük.*

BALIK: Meditasyon yapma, spiritüel olarak beslenme ihtiyacı. Balık ne kadar büyükse, o kadar çok meditasyona ihtiyacınız vardır.

BALIKADAM GİYSİSİ: Duygusal suları ya da benliğin bilinçdışı yanlarını araştırırken korunma.

BALİNA: Duygusal güç. Algılama, sezgi. Balina gibi bir fırsat geliyor.

BALKON: Yüksek algılama düzeyi; bilincin yükselmesi. Bu rüya hayatta yükselmekte olduğunuz anlamına da gelebilir. Bkz. *Ev.*

BALMUMU, MUM CİLASI: Yumuşak, etkilenebilir, kolayca şekillendirilebilir. Temizler, parlatır; parlak bir yüzey yaratır.

BALON: Keyiflenmek, tasasız, neşeli, kısıtlanmamış olmak. Bir balonun patlaması bir illüzyonun ya da fantezinin balonunun patlaması anlamına gelir; bu sizi geçici olarak endişelendirebilecek, ama kalıcı bir anlayış verecek olan bir durumdur. Bir

balona binip onu idare etmek yeni yükseklikliere doğru süzülmek anlamına gelir; balonla sürüklenmek ise sizin hiçbir kontrole sahip olmadığınız ve değişim rüzgârlarının insafına kaldığınız anlamına gelir. Yolunuzu belirleyin.

BALONCUK: Bkz. *Balon.*

BALTA: Gücü yaratıcı ya da yıkıcı biçimde ifade etme gereci; örneğin, artık gerekli olmayan eskiyi kesip atmak ya da hayatın olanaklarını yok etmek. Eğer birisi sizi elinde bir baltayla kovalıyorsa ya da siz birisini baltayla kovalıyorsanız, bu gücü kötüye kullandığınız ve bunun sonuçlarından korktuğunuz anlamına gelir. Enerjiyi tekrar, kendinizi olumlu ve yaratıcı bir biçimde ifade etmek için kullanın.

BANDO: Bkz. *Müzik.*

BANKA: Kozmik alışveriş, enerji kasası, sınırsız kaynak. Kolektif bilinçdışı; tüm bilginin ve fikirlerin her zaman başvurabileceğiniz haznesi. Siz kendinize yatırımlar yaparsınız, yetenekler ve içgörüler mevduatı daima orada olacaktır; istediğiniz her şeyi yaratmak için tüm kolektif rezervi kullanmakta özgürsünüz. Meditasyon sizin bu enerjilere ulaşmanızı sağlar.

BANT: Bkz. *Kaset.*

BANYO: Arınma, temizlenme; ayrıca gevşeyip rahatlama ve kendi isteklerini frenlememe zamanı. Bkz. *Su.*

BANYO YAPMAK: Bkz. *Yıkanmak.*

BAR: Genellikle gücü kendi içinizde değil, dışınızda aramayı temsil eder. Kendini kabullenme ve arkadaşlık ihtiyacını, reddedilme korkusunu yenme ihtiyacını temsil eder. Kaçış; hisleri uyuşturmak, başkalarına uyumlanmak. Ayrıca, bilincin dönüşümü, daha yüksek bir gücü içmek. Bkz. *Alkol.*

BARAJ: Önüne set çekilmiş duygular, kendini başkalarından ayrı tutmak. Eğer baraj yıkılmışsa, bastırılmış duygu birikiminiz boşalacak demektir. Bkz. *Kunduz, Sel.*

BARAJ GÖLÜ, SU HAZNESİ: Hisler, fikirler, tutumlar ve

duygular için depolama yeri.

BARİKAT: Yolunuza devam edebilmek için çözmeniz gereken bir sorun; ikileminizi çözene dek orada duracaksınız. Tekâmülünüzün önüne kendi koyduğunuz bir engel. Onun ne olduğunu görün ve içinizdeki yaratıcı çözümü bulun.

BAROMETRE: Duygusal ikliminizin, iniş çıkışlarınızın ve değişimlerinizin göstergesi.

BASAMAKLAR: Hayattaki yönünüz. Basamakların durumuna, çürük mü sağlam mı olduklarına dikkat edin. Eğer basamaklar yukarı doğru çıkıyorsa, doğru yöndesiniz demektir; eğer aşağı doğru iniyorsa, yanlış yöndesiniz demektir. Eğer basamaklardan yukarı ve aşağı koşup duruyorsanız, netliğe ihtiyacınız var demektir; kararınızı verin ve hayatınızla meşgul olun.

BASINÇ: Gerilim, stres, aşırı yük. Gevşeyin, dinlenin. Günlük faaliyetlerinizi inceleyin.

BASKI MAKİNESİ: Onlardan bir şeyler öğrenmeden, bir ders almadan öyküleri, durumları ya da numaraları tekrarlayıp durmak. Ayrıca, iletişim, öğretim.

BASTON: Destek, yararlı etki. Bir proje ya da plân için yardıma ihtiyacınız olabilir. Yardımcı bir arkadaş ya da eş.

BASURLAR: Sözlü iletişimden yoksunluk, kendinizi sevmeme, duyguları bastırma. Kendini feda etme sendromu.

BAŞ DÖNMESİ: Dağınık bir halde birçok yöne gidiyor olmak. Enerjinizi dengelemeye, merkezlendirmeye ihtiyacınız var. Bir eylem girdabına yakalanıp çok az şey başarmak.

BAŞARISIZLIK: Herhangi bir başarısızlığı gösteren bir rüya, başarısız olmanın imkânsız olduğunu bildiren bir öğretidir. Bu sözcüğün yerine, "gelişme" sözcüğünü geçirin.

BAŞIBOŞ (Sürüklenen): Hedeflerden, bir yönden, amaçtan yoksun olmak. Duygusal benlik demirlenmeye, sevmeye, bir yön bulmaya ihtiyaç duymaktadır. Enerjinizi yükseltmek için meditasyon yapın, yönünüzü belirleyin ve kendi sorumluluğunu-

zu kabul edin.

BAŞINI EĞEREK SELAMLAMAK: İçinizdeki Tanrı'ya saygı göstermek, benliğinizin bir yanını tanıyıp onurlandırmak.

BAŞKAN: Kendi liderlik yeteneğiniz; rehberlik.

BAŞKASININ ARAZİSİNE İZİNSİZ GİRMEK: Kendini-ifade haklarınızı kullanmamanız; başkalarının enerjisini almanız veya kendi enerjinizin başkaları tarafından etkilenmesine izin vermeniz. Bkz. *Casus*.

BAŞLIK: Örtme veya koruma; insanın açıldığı, kapandığı nokta. Bkz. *Şapka*.

BAŞROLÜ PAYLAŞAN OYUNCU: Sizinle başrolü paylaşan birçok oyuncu vardır ve onların hepsi sizsiniz; hepsi sizin filminizde veya oyununuzda sizinle birlikte oynamaktadır. Yakın çekiminize hazır olun.

BATAKLIK: Kuşku verici bir duygusal zeminde bulunmak. Ayrıca, çok fazla işe boğulduğunu hissetmek; duygusal bir batağa saplanıp kalmak. Berraklığa ya da perspektife sahip olmamak.

BATAKLIK KUMU: Korkunuza saplanıp kalmışsınız ve onunla birlikte dibe batıyorsunuz. Onun üzerine çıkın, perspektifinizi genişletin, meditasyon yoluyla içsel bir güvenlik ve uyum sığınağı yaratın.

BATI: Keşif yolculuğu. Serüven, benliğin bilinçdışı ya da bilinmeyen veçheleri.

BATMAK: Eğer bir şeye batıyorsanız, duygusal bir halin batağına batıyorsunuz demektir. Durup değişiklikler yapın; yanlış yöne yönelmiş durumdasınız. Kendinizi gereksiz yüklerden kurtarın.

BATTANİYE: Bkz. *Örtü*.

BAVUL: Eğer bavulunuzu topluyorsanız, sorunları ele alıp çözmek yerine onlardan kaçıyorsunuz demektir. Bkz. *Bagaj*.

BAYKUŞ: Bilgelik; karanlıkta net bir biçimde görebilme ya

da bilinmeyen yanlarınızın farkına varabilme yeteneği.
BAYRAK: Meydana gelen yeni değişikliklerin kutlanması.
BAYRAM: Büyük bir kutlama. Siz iyi bir iş yaptınız.
BEBEK: Kendi içinizdeki yeni doğum; yeni veçheler ortaya çıkıyorlar, yeni bir başlangıç. Açıklık; gelişim ve tekâmül için henüz kullanılmamış potansiyel.
BEBEK BAKMAK: İçinizdeki çocuğa daha çok dikkatinizi verin. Onu besleyin, ona şefkat ve özen gösterin.
BEBEK ODASI: Yepyeni bir yanınız doğmuştur ve şimdi onun sevgiye ve beslenmeye ihtiyacı vardır.
BEDDUA ETMEK: Bkz. *Büyü Yapmak.*
BEDEL: Hayatta mutluluğunuz ve tekâmülünüz için nasıl bir bedel ödemeye gönüllüsünüz? Bu öz-disiplin ve sorumluluk gerektirir. Bkz. *Sayı.*
BEDEN: Tapınağınız, dünyevi giysiniz, bu uzay-zaman dünyasındaki benlik ifadeniz. Erkeksi ya da kadınsı bir beden sizin o yanınızı temsil eder; çocuk bedeni benliğin neşeli, oyunbaz, sezgisel yanıdır. Beden dünya yaşamında dersleri öğrenme aracıdır, bu yüzden onu sağlıklı ve güçlü tutmak önemlidir. Bkz. Bedenin farklı bölümleri.
BEKÂRLIK: Bkz. *Cinsel Perhiz.*
BEKLEMEK: Her şeyin bir mevsimi vardır. Beklediğiniz şeyin zamanı henüz gelmemiştir. Ayrıca, korkunuz içgörünüzü, ilerleme güdünüzü engelliyor olabilir.
BEKLENMEDİK DURUMLAR: Rüyada sizi şaşırtan senaryolar yaşanır. O beklenmedik durumun size verdiği önemli bir mesaj vardır.
BEKLENMEDİK KAZANÇ: İyi yaptığınız bir iş için birden çok ödül.
BELEDİYE BAŞKANI: Yüksek rehberlik veya öğretmen.
BELGE: Bir rüyadaki her şey sizinle ilgili olduğundan, bir belge sizin spiritüel gelişiminize tanıklık eder. O, spiritüel tekâ-

mülünüzde ne kadar ilerleme kaydettiğinizi yansıtan önemli bir kayıttır.

BELİRME (yavaş yavaş belirme): Gerçekten önemli olanı yavaş yavaş görmek. O, gittikçe netleşir.

BENZİN: Bedenin muhtaç olduğu enerji. Eğer benzininiz bitmişse, kuvvetten düşüyorsunuz demektir. Durup enerjinizi yeniden doldurun. Eğer bir benzin istasyonunda bulunuyorsanız, benzin sayacındaki rakama dikkat edin. Bkz. *Enerji* ve *Elektrik*.

BENZİN İSTASYONU: Enerjinizi yeniden doldurmanızın zamanı gelmiştir.

BERBER: Benliğin imaj, güç ve kuvvetle ilgilenen veçhesi. Bkz. *Saç*.

BERDUŞ, SERSERİ: Gelişmemiş potansiyel, zayıf bir özimaj. Spiritüel farkındalıktan yoksun olunduğu için boşa harcanan beceriler ve yetenekler.

BEŞİK: Benliğinizin yeni bir yanını beslemek; sevme ve duygusal olarak ve ruhen besleme ihtiyacı.

BEYAZ: Gerçek, saflık, Tanrı'nın ışığı, Mesih ışığı, korunma, rehberlik.

BEYAZ GÜVERCİN: Özgürlüğün, barışın, spiritüel uyanışın mistik sembolü. Bkz. *Kuş*.

BEYİN: Kozmik bilgisayar ya da bellek bankası. Rasyonel zihinle ilişkili olsa da, beyin -üçüncü boyut uzay/zaman'ını aşarak- hem bilinçten hem de bilinçdışından bilgi aktarır. Kendi gücünüzün ve fırsatınızın farkındalığını genişletin; kendinizin ve diğerlerinin boyutlararası anlayışını geliştirin. Beyin gücü uykudadır; meditasyon onu uyandırır.

BIÇAK: Yaratıcı ya da yıkıcı bir biçimde kullanılabilecek olan güçlü bir gereç. Bir ağacı budamakta olduğu gibi, benliğin gereksiz yanlarını kesip atar. Eğer bir bıçakla kesilmişseniz, bu sağlıksız bir yanınızın ya da gelişim için hâlâ gerekli olan bir

yanınızın kesilip atılmasını ifade ediyor olabilir. Eğer birisi sizi bir bıçakla kovalıyorsa ya da siz birisini bıçakla kovalıyorsanız, bu korkuyu, saldırganlığı veya enerji kaybını temsil eder. Eğer bir yeriniz kanamışsa, bkz *Kan*; ayrıca, *Öldürmek*.

BIÇAKLAMAK: Bkz. *Bıçak*.

BIKKINLIK: Enerjinizi yükseltin ve o bataklıktan çıkın.

BIYIK: Berrak bir biçimde iletişim kurabilme gücü.

BİBER: Uyarım, kızgın fikirler, öfkeli duygular.

BİÇİM BOZUKLUĞU: Bkz. *Deformasyon*.

BİLARDO: Tüm oyunlarda olduğu gibi, rekabeti, beceriyi, konsantrasyonu, kazanmayı ve kaybetmeyi ifade eder. Bkz. *Oyun*.

BİLET: Yeni bir deneyim fırsatı; uçak bileti, sinema bileti, vb. Eğer bu hızlı yolda gitmek için alınan bir sürat biletiyse, siz açıkça çok hızlı gidiyorsunuz demektir ve gevşeyip dinlenmek için bir mola vermeniz gerekmektedir.

BİLEZİK: Bkz. *Mücevherat, El*.

BİLGİSAYAR: Zihniniz bir bilgisayardır. Düşünceleriniz, sözleriniz ve eylemleriniz realitenizi yaratır. Ne programladığınıza dikkat edin, bu sizin hayatınızı belirleyecektir.

BİLİMCİ: Rasyonel, aklî benlik; hayat öğrencisi. Ayrıca, rehberlik, yüksek benlik; bilgelik, bilgi arayışı. Bkz. *Laboratuvar*.

BİNA: Büyük bir bina muazzam bir enerji kaynağıdır; bu sembol sizin büyük fırsatlara, muazzam potansiyele ve gerçekleştireceğiniz büyük bir kadere sahip olduğunuzu ifade eder.

BİNMEK: Eğer bir taşıta binmişseniz ve onu bir başkası kullanıyorsa, kendinize hayatınızı sizin yerinize kimin yönettiğini ya da gittiğiniz yönü hangi veçhenizin belirlediğini sorun. Ayrıca, bir taşıta bindirilerek götürülmeniz aldatılmanız anlamına da gelir. Farklı taşıtların anlamlarını açıklayan maddelere bakınız. Eğer bir hayvanın sırtına binmişseniz, bu doğayla bir'liği, özgürlüğü, doğaya uyumlanmayı gösterir.

BİRA: Bkz. *Alkol*.

BİSEKSÜEL: Karşı cinsten ya da aynı cinsten olan partnerinizle enerjinizi kaynaştırmanız.

BİSİKLET: Hayatınızda denge ihtiyacı. Tam yol ilerlemeden önce enerjilerinizi dengeleyin.

BİTİRMEK: Tamamlamak. Siz başladığınız işi bitirdiniz ve artık yeni hedefler oluşturabilirsiniz.

BİTKİ: Gelişim. Bitkinin sayısına, büyüklüğüne, niteliğine bağlı olarak, bu sembol hayatınızdaki gelişim ve tekâmül veçhelerini temsil eder.

BİTKİNLİK: Bkz. *Tükenmişlik.*

BİYOGRAFİ: Sizinle ilgili en önemli biyografi, bu hayatta ne kadar bilgelik, öz-sevgisi ve öz-bilgisi geliştirdiğinizi gösteren biyografidir.

BİZON: Kadim kuvvet. Gözünü korkutmak, şaşırtmak, hayrete düşürmek.

BOA YILANI: Eğer bir boa yılanı ile yüz yüze gelmişseniz, kundalini enerjinizin yükselmekte olduğunu bilin.

BODRUM KATI: Eğer rüyanızda kendinizi bir evin ya da binanın bodrum katında ya da mahzeninde görürseniz, siz cinsel enerji üzerinde, kendi cinsel farkındalığınızı ve ifadenizi anlama konusunda çalışıyorsunuz demektir. Oradaki insanlar, objeler ve deneyimler sizin cinsel enerjiyi nasıl kullandığınızı, onu ne kadar açığa çıkardığınızı ya da bastırdığınızı yansıtır.

BOĞA: Kuvvetli, inatçı, saldırgan. Erkeksi saldırganlık.

BOĞAZ: Boğaz çakrası sözlü ifade ve iletişim kaynağıdır. Eğer rüyada boğazınız sıkılıyorsa, kendinizi sözlü olarak ifade etmiyor, hislerinizi bastırıyorsunuz demektir. Boğazınız anjin olmuş gibi yanıyorsa, bu iletişiminizde denge ihtiyacını gösterir. Bkz. *Boyun.*

BOĞMAK: Bkz. *Boğulmak.*

BOĞULMAK (Tıkanmak): Kundalini gücünün genellikle kendini ifade edemeyiş yüzünden boğaz çakrasında tıkanması. Bir

yiyecekten dolayı boğazın tıkanması belli deneyimleri, fikirleri sindirememek ya da kabullenememek anlamına gelir. Bkz. *Suda Boğulmak*.

BOHÇA: Eğer bir bohça taşıyorsanız, bu birlikte taşımanız gerektiğini düşündüğünüz bir yükü temsil eder. Bkz. *Bagaj, Bavul*.

BOMBA: Bkz. *Atom Bombası*.

BORÇ: Bu ister olumlu ister olumsuz karma gibi görünsün, ne ekerseniz onu biçersiniz. Sizin borçlandığınız ya da size borçlanılmış bir şey.

BORÇ SENEDİ: Ödenmesi gereken karmik borcu ödemeyi ertelemek.

BORU: Enerji iletkeni; her varlık içinden enerji akan bir boru gibidir. Gücün yüksek düzeylerine erişebilme, bilinçli ve bilinçdışı veçhelerinizle bağlantı kurabilme yeteneği.

BOSTAN KORKULUĞU: Aldatıcı dış görünüş, rol yapmak, içsel benlikten ve başkalarından korkmak. Eğer bu sembolizm *Oz Büyücüsü*'ndeki korkuluğu ifade ediyorsa, o kendi aklî yeteneğinize çok az güvendiğinizi ima eder; kendi güçlerinizi ve yeteneklerinizi kendi içinizde bulmalısınız.

BOŞ: Kendini sevmemek, enerjisizlik; kaynaklarını kullanmayı başaramamak. Yeni gelişim için yaratıcı benliğinize odaklanın.

BOŞANMA: Bize artık olumlu bir gelişim sağlamayan bir yanımızı terk etmemiz. Bunu anlayıp o yanımızı bırakmamız yeni bir başlangıç yapmamız için gereklidir.

BOŞLUK: Kendi boşluğunuzla karşı karşıya gelmeniz; siz olumsuz olanı temizlediniz, ama şimdi onun yerine olumlu bir yönü koymanız gerekiyor. Ayrıca, onun gücünü kullanmak için bilinçdışına girmek. Geçmişte kaçtığınız bir korkuyla yüzleşmek; bu bunun için en uygun zamandır.

BOŞ VAKİT: Sınavlar ve dersler olmadan dinlenme zamanı.

BOYA FIRÇASI: Kendinizi yaratıcı bir biçimde ifade etmeniz için bir gereç.

BOYA KALEMLERİ, PASTEL BOYALAR: Renkli bir ifade yaratmak. Bkz. *Sanat.*

BOYAMAK: Tutumlarınızı değiştirmeniz, temizlemeniz, düzeltmeniz. Bir resmi boyamanız kendinizi yaratıcı bir biçimde ifade etmenizin yeni bir yoludur. Kullandığınız renge dikkat edin.

BOYUN: Boynunu uzatmak, bir risk almak demektir. Beşinci çakra ya da boğaz çakrası. Bkz. *Boğaz.*

BOYUNDURUK: Kendini açıkça bir yüke dönüşmüş olan bir inanca ya da tutuma koşmak. Ayrıca, korunma, enerjiyi odaklama, belli bir yöne odaklanma.

BÖBREK: Kendinizdeki ve ilişkilerinizdeki toksiklikten kurtulmak için açık bir sembol.

BÖCEK: Küçük şeyler sizi rahatsız ediyor; küçük sıkıntılar. Enerjinizi toplayın, o zaman daha iyi bir perspektife sahip olacaksınız.

BÖCEK SOKMASI: Bkz. *Arı Sokması.*

BÖLÜM: Bkz. *Departman.*

BRİKET: Spiritüel arayışınızı onun üzerine inşa edebileceğiniz sağlam bir şey. Ayrıca güçlü, güvenilir ve daima destek aldığınız yanınız.

BRONZ: Kuvvet, ilerleme, hüner; koruyucu, güçlendirici örtü. Gelişiminizde öğrendiğiniz ilk dersler.

BUDA: Üstat öğretmen; yüksek benlik, spiritüel (özsel) enerji kaynağı ve gerçek.

BUĞDAY: Bkz. *Tahıl.*

BUHAR: Yeni fikirleri pişirmek.

BUKALEMUN: Uyum sağlama yeteneği; esneklik. Değişkenlik; sürekli rol değiştirmek.

BULAŞIK TEKNESİ (Eviye): Bulaşıkları yıkayın, temizleyin. Bir sorunu çok genel bir biçimde dikkate alıyorsunuz, me-

sajı almıyorsunuz.

BULDOZER: İnşa etme ya da yıkma konusunda büyük güç. Eskiyi temizleyip yeniye hazırlanmak anlamına da gelebilir. Eski fikirlerden kurtulun. Rüyanın içeriğine bağlı olarak, sınırların yıkılması, yeni temellerin oluşturulması ya da her ikisi anlamına gelebilir.

BULMAK: Kendi içinizde yeni bir şey keşfetmek. Bkz. *Keşif*.

BULUĞ ÇAĞINA GİRMEK: Spiritüel gelişiminizde yeni bir aşamanın başlaması.

BULUŞ: Duruma bakmanın yeni bir yolu; bir sorunu çözmek için yeni bir fikir.

BULUT: Aydınlık, kabarık bir bulut spiritüel bilincin yükselişi, iç huzuru anlamına gelir. Karanlık bir bulut düşük enerji ve depresyon anlamına gelir; siz hayat derslerinize bakmıyorsunuz. Yakında duygusal bir sağanak, yani duygusal bir boşalım yaşayabilirsiniz.

BUMERANG: Ne ekerseniz onu biçersiniz. Karmik bağlarınız üzerinde çalışın.

BUNALIM: Bkz. *Depresyon*.

BURÇLAR KUŞAĞI: Zaman prensibi; zaman-uzay'da ifade ve tezahür potansiyeli. Benliğin tüm özelliklerinin, veçhelerinin, potansiyelinin doruğu. İçinizdeki denge; toprak, hava, ateş ve su. Bkz. *Astroloji, Yıldız Haritası*.

BURUN: Mizahi olarak, bir ders yüzünüzdeki burun kadar açıktır, ama siz onu görmemektesiniz; ayrıca, başkalarının işine burnunuzu sokmayın. Birinin ardında bıraktığı izin kokusunu takip ederken olduğu gibi, gideceğiniz yönü bulmanız.

BURUN KANAMASI: Enerji sızdırmak.

BUZ: Donmuş duygular ve hisler, duyarsızlık; verememek ve alamamak. Siz hiçbir şey yapamaz, hareketsizleşmiş, gelişemez haldesiniz. İnce bir buz tabakasının üzerinde bulunmak bir risk almak anlamına gelir; durum ya da ilişki belirsizdir.

BUZAĞI: Gençlik, neşelilik, oyunbazlık. Semiz bir buzağıyı kesmek bolluk ve kutlama anlamına gelir.

BUZDAĞI: Eğer o bir buzdağının ucuysa, siz kendinizi keşfetmeye henüz başlıyorsunuz demektir; her şeyi bildiğinizi düşünmeyin: Ne kadar çok öğrenirseniz, bilmediğinizi o kadar çok görürsünüz. Bu, ayrıca, hiçbir his duymadan sürüklenmek anlamına da gelir. Bkz. *Buz.*

BUZDOLABI: Hislerinizi dondurmanız; duygusal soğukluk. Sevgi ve sıcaklıktan yoksunluk.

BUZUL: Kapanmış, donmuş duygular. Bkz. *Buz.*

BUZUL ÇAĞI: Donmuş duygular. Onların buzunu çözün!

BÜKÜK ŞEY: Formunuzu bozmanız.

BÜYÜ YAPMAK: Öfke, incinme ve acı verici bir durumla olumlu bir biçimde başa çıkamamak. Kincilik; kendini ya da bir başkasını incitmek.

BÜYÜCÜ: Bkz. *Sihirbaz.*

BÜYÜK: Büyük herhangi bir şey genellikle bir insanın bu sembole ya da onun temsil ettiği şeye zihinsel ve duygusal yatırımının büyüklüğünü gösterir. Önem ya da değer olarak orantısız; pireyi deve yapmak. Ayrıca, bir fikrin, plânın ya da kişinin potansiyeli; büyük bir ev ya da büyük bir taşıt büyük potansiyel ve güç anlamına gelir.

BÜYÜK OCAK: Güç. Kundalininin enerjiyi omurga boyunca yukarı taşımak üzere ateşlendiği yer.

BÜYÜKBABA, BÜYÜKANNE: Benliğin daha bilge, daha olgun erkeksi ya da kadınsı yanları.

BÜYÜKELÇİ: Bir rehber, bir öğretmen; benliğinizin bir sorunu çözmenize yardım etmesi ve size içgörü vermesi için hemen başvurabileceğiniz bir yanı.

BÜYÜME: Bkz. *Gelişme, Büyüme.*

C

CADALOZ (yaşlı ve çirkin kadın): İhmal ettiğiniz kadınsı yaratıcı kişiliğiniz.

CADI: Benliğin çirkin, değiştirilmesi gereken yanı. Manipüle edici, kontrol edici, kendinden nefret eden, tiksinen yanınız. Kendi içsel güzelliğinizi, içinizdeki pırlantayı görememeniz. İnsan gücünü başkalarını manipüle etmek ya da yanlış yönlendirmek için kullanmamalıdır. İnsan enerjiyi yaratıcı biçimde kullanmak yerine yıkıcı biçimde kullandığında, bu, ödenmesi gereken bir karma yaratır.

CADILAR BAYRAMI: Kostümler insanın farkında olmadığı içsel korkularını ya da arzularını temsil eder. Bu rüya insanın hayatta öyleymiş gibi davrandığı ya da olmak istediği şeyi, rolleri ifade eder.

CAM: Eğer kırılmışsa, illüzyonların, umutların, hayallerin kırılmasını temsil eder. Bkz. *Ayna*. Cam çiğnemek kendini ifade etmekte güçlüğü, kendinizle ya da başkalarıyla iletişimden korkmayı, kırıcı sözleri ifade eder.

CAMBAZ İPİ: Tedbir, farkındalık. Merkezlenmiş ve dengeli halde kalın, yoksa yere düşebilirsiniz. İnsanlar korku, baskı ve gerçekleştirilmesi olanaksız programlarla kendilerini duygusal iplerin üzerine koyarlar. Siz o kadar kolay bir biçimde bir anayolda yürüyebilirsiniz.

CAMİ: Bkz. *Kilise*.

CANAVAR: Kendi yarattığınız, yersiz endişe ve odaklanmayla aşırı derecede büyümesine izin verdiğiniz korkular. Üzerinde durulan herhangi bir olumsuz fikir büyüyerek canavarımsı bir şeye dönüşür; ama o kendi zihninizdeki bir illüzyondur. Rüyanızda karşılaştığınız her canavarla yüzleşmeye çalışın; ona sizin hangi yanınızı, hangi düşüncenizi, inancınızı ya da korkunuzu temsil ettiğini sorun. Canavarı size bir şey öğretmeye, bir armağan vermeye gelmiş bir dost olarak görün. Uyanır uyan-

maz o canavarı imgeleyin; onun canavar giysisini çıkardığını ve içinden küçük bir varlığın çıkarak size bir armağan, bir içgörü verdiğini hayal edin. Rüyanın tüm veçhelerinin sizi temsil ettiklerini hatırlayın.

CANGIL: Muazzam bir gelişme. O kadar çok şey olup bitiyor ki hepsini sindirip özümsemeniz zordur.

CANİ: Tüm diğer veçhelerinizi korumak için suçlu veçhenizi hapsetmeniz gerekiyor.

CANKURTARAN: Rehberlik, koruyucu yüksek benlik; duygusal sularda güvenlik.

CANKURTARAN SANDALI: Duygusal bir denizde suyun yüzeyinde kalmak, ama orada oyalanmak. Ne durumda olduğunuzu görün ve olumlu değişiklikler yapın.

CASUS: Davetsiz misafir; kendi gelişimiyle ilgilenmek yerine başkalarını gözetleyen, kendi hayatıyla temasta olmak yerine bir başkasının nasıl yaşadığını izlemeye daha çok enerji harcayan biri. Kendi fikirlerine ve plânlarına başkalarının nasıl tepki göstereceklerinden korkan biri. Bir yapıcı değil, bir izleyici.

CEHENNEM: İnsanın geçirmekte olduğu zorluklar; cehennemî bir ortamdaki görüntüler sorunların doğasını ifade eder. Yüzleşilmesi ve aşılması gereken sorunlar. Yaşadığınız anda kendi cennetinizi de, cehenneminizi de siz yaratırsınız. Bkz. *Ateş*.

CENAZE TÖRENİ: Eskinin ölümü. Bkz. *Ölüm, Cenazeyi Gömmek*.

CENAZEYİ GÖMMEK: En yüksek tekâmülünüz için artık gerekli olmayan eski duyguların ve tutumların ölümü. Korku ve güvensizliğin ölümü. Ayrıca, hayattan kaçıp gizlenmek, canlılığı, duyguları ve duyarlılığı gömmek. Bkz. *Ölüm*.

CENİN: Yeni bir sizin yaratılması.

CENNET: Birçok kişi için birçok şey: Yeniden buluşma, dinlenme, mutluluk, keyfini çıkarma, vecit hali, huzur, aydınlanma, anlayış, sevgi.

CEP: Saklanma yeri; bir yanınızı, kimliğinizi başkalarından gizlemeniz. Birlikte taşıdığınız ve ihtiyacınız olduğunu düşündüğünüz bir şey; saklama yeri.

CEPHANE: Gücün korumak ya da yok etmek için kullanılması; olumlu ya da olumsuz. Sözler bir davayı savunmak için cephane olabilir; kurşunlar şiddet için cephane olabilir. Kaynaklarınızı olumlu bir eylem için mi bir araya getirdiğinizi, yoksa düşünceleri, sözleri ve eylemleri kendinize veya bir başkasına saldırmak için mi kullanmayı plânladığınızı inceleyin.

CERRAHİ OPERASYON: İyileşmek için, artık gerekli olmayan sağlıksız yanlarınızı kesip atmak. Hangi enerji merkezinin (çakranın) iyileşmeye ihtiyacı olduğuna dikkat edin.

CESET: Benliğin ölmüş olan bir yanı: Hisler, tutumlar, inançlar. Bunlar olumlu ya da olumsuz veçheler olabilir. Genellikle bu sembol ölgünleşmiş hisleri ve tepkileri ifade eder; korku sizi kendi canlılığınıza karşı kapatmıştır. Bkz. *Ölüm*.

CEYLAN: Bkz. *Geyik*.

CIRCIR BÖCEĞİ: İyi işaret, iyi şans, refah. Yararlı bir içgörü; vicdanınız veya ruhsal rehberliğiniz. Ayrıca, küçük bir şey sizi rahatsız etmektedir.

CİLT: Örtü, çevre; dış dünyaya sunduğunuz sahte görünüm. Güzellik sadece cilt derinliğindedir; içinize, spiritüel değerlere bakın. Bir şeyin tüylerinizi diken diken etmesi gibi, duyguların, hislerin ölçüsü. İçsel ve dışsal realiteler arasındaki geçiş noktası; köprü.

CİLT KREMİ: Zenginlik, fırsat; beslenme. Eğer bu bir losyonsa, beden için koruma.

CİMRİ KİMSE: Kendi değerinin farkında olmamak, yoksunluk, sınırlama. Becerileri, yetenekleri, yaratıcı gücü kullanmamak. Cehalet yüzünden bencilce davranmak. Evren bolluk içindedir; sadece, sizin onun kaynaklarına erişmeniz gerekir.

CİNAYET: Bkz. *Öldürmek*.

CİNSEL BOŞALIM: Yeni yaşam yaratan büyük bir enerji desteği sağlamak.

CİNSEL İLİŞKİ: Benliğindeki enerjileri, veçheleri ya da nitelikleri birleştirmek. Belli bir kişiyle cinsel ilişkiye girmeniz o kişinin niteliklerini kendinizle birleştirmenizi temsil eder ve bu aslında cinsel bir rüya değildir. Aynı cinsten biriyle cinsel ilişkiye girmek dişi yaratıcı ve erken girişken enerjileri, erkeksi ya da kadınsı nitelikleri kendi varlığınız içinde birleştirmek anlamına gelir. Bu rüya ayrıca bedeninizin uyum ve denge içine girmesi için cinsel boşalıma ihtiyacınız olduğu anlamına gelebilir ve bu ihtiyaç bu rüyayla sağlanır. Rastgele, önüne gelenle cinsel ilişkide bulunmak ise kendine sadık olmakta zorlanan yanınızı temsil eder. Bkz. *Ensest.*

CİNSEL ORGANLAR: Yaratıcı ve üretici enerji; illüzyonun kaynağı. Cinsel hisler, korkular, umutlar, kimlik. Erkeksi ya da kadınsı doğa. Bkz. *Penis, Vajina.*

CİNSEL PERHİZ: Yakın ilişkiden korkmak. Aydınlanmanın cinsel enerjiyi deneyimlemeyi dışladığı şeklindeki yanlış spiritüel düşünüş. Alttaki çakraları, yani enerji merkezlerini kapatmak; içimizdeki enerjiler bütünleştirilmeli ve daha yüksek bir farkındalığa katılmalıdır. Ayrıca, kendini bilmek için kendi içine çekilmek; spiritüel kimliği uyandırmak.

CİNSEL SOĞUKLUK: Bkz. *Firijit.*

CİRİT ATMAK: Adeta yıldızlara uzanmak. Orada sizin için çok fazla şey vardır.

CÜCE: Öngörüsüz fikirler; potansiyelinizi sınırlamak; yeni tekâmül alanlarına doğru genişlememek. Bir şeyleri uygun perspektiften görememek.

CÜMBÜŞ: Tüm sevinçli sesleriniz muhteşem bir gösteri yapıyor.

CÜPPE: Kendini örtüp gizlemek. Kendimizi açmak ve kendimiz olmaya cesaret etmek yerine kendimizi içine gizlediğimiz

bir rol. Törensel bir cüppe size bir inisiyasyonun verildiğini gösterir.

CÜZDAN: Kimlik. Bkz. *Para Cüzdanı.*

CÜZZAM: Yeteneklerinizi ve becerilerinizi boşa harcamanız.

Ç

ÇADIR: Bir ev sizi temsil ettiğinden, bir çadır geçici kimliği, tutumu, inancı temsil eder. Geçicilik, kuşkulu bir temel.

ÇAKAL: Öngörülemeyen. Herhangi bir zamanda duyarlılıklarınıza yapılan ani bir saldırı.

ÇAKRA: Eterik bedendeki yedi büyük enerji merkezinden biri; enerji dönüştürücüsü. Bu sembol belli bir enerji merkezinin açılmasını ya da kapanmasını ifade edebilir. Çakralar kök çakra, cinsel çakra, güneşsinirağı çakrası, kalp çakrası, boğaz çakrası, alın çakrası ve tepe çakrasından oluşur.

ÇALI ÇİT: Gelişme; eğer bu çit yolunuzun iki yanını süslüyorsa spiritüel koruma ve rehberlik anlamına gelir. Eğer o yolunuzu kesiyorsa, etrafınız kuşatılmış demektir; hayatınızda çok fazla şey, çatışan fikirler, zamanında yetiştirmeniz gereken şeyler vardır.

ÇALMAK: Bkz. *Hırsız.*

ÇAM: Sekoya ağacından sonra en yüksek enerji ileticisi olan ağaç. Bkz. *Ağaç.*

ÇAMAŞIR İPİ: Mizahi bir biçimde kullanıldığında, bu rüya "takıntılarına" bir bak anlamına gelir. Giysiler oynadığınız rollerdir Bkz. *Giysiler.*

ÇAMAŞIRHANE: Bazı veçhelerinizi temizlemeniz; davranışınızı arındırmanız.

ÇAMUR: Eğer çamura saplanmışsanız, hayatta ilerleyemiyor ya da tekâmül edemiyorsunuz demektir ve sınırlayıcı düşüncelerden ve durumlardan kurtulmanız gerekmektedir. Eğer çevreniz çamurluysa, hayatınızı ve davranışınızı temizleyip arın-

dırmanız gerekmektedir.

ÇAN: Yeni içgörüye uyanma, ona uygun davranma, kendi içinizde merkezlenip tanrısal bilinç ile uyum içine girme. Şimdiki ve gelecekteki deneyimlere ya da rüyanın verdiği mesaja karşı uyanık ve duyarlı olmanızı işaret eden bir sembol.

ÇAPALAMAK: Yeni bir gelişime hazırlık; sınırları kırmak, olumsuzu söküp atmak için yapılır.

ÇARK, TEKERLEK: Yaşam çarkı, ebedi daire; benliğin benlikle karşılaşması. Kader kısmet çarkı. Karma çarkı; ektiğini biçme döngüsü. Ayrıca, gezme, hareket etme kolaylığı.

ÇARMIHA GERİLMEK: Kendinizi hak etmediğiniz bir biçimde cezalandırmanız. Kendini sevmemek insanın ruhunu soyma, benliğini çarmıha germe ihtiyacıyla sonuçlanır. "Tanrı için ıstırap çekmek" trajik bir programlamadır; eğer siz hayatın zor olmasını beklerseniz, o öyle olur. Çarmıha gerilecek ya da yok edilecek yegâne şeyler olumsuzluk ve sınırlamadır.

ÇARPIŞMA: Sizin size çarpmanız. En iyisi, kenara çekilip geçmenize, ilerlemenize ve gelişmenize izin vermektir.

ÇARPMAK (Yere Çakılmak): Bkz. *Kazaya Uğramak*.

ÇARŞAFLAR: Alıcılık, açıklık, duyarlılık, dişilik; cinselliği, bilinçdışını araştırmak. Yatağın üzerindeki temiz çarşaflar yeni bir başlangıç anlamına gelir; siz olumsuzluğu temizlemiş bulunuyorsunuz. Bir başkasının kirli çarşaflarının üzerinde uyumak, bir başkasının ihtiyacınız olmayan programlarını ve titreşimlerini almak anlamına gelir. Çarşafın rengine dikkat edin. Bkz. *Yatak*.

ÇATAL: Bir kendini besleme gereci. Yoldaki bir çatal ise şimdi hayatta hangi yöne gideceğinizle ilgili bir seçimde bulunmanız gerektiği anlamına gelir.

ÇATAPAT: Yanlış yönlendirilen enerji.

ÇATI: Çatının durumuna bağlı olarak, koruma. Düz, yassı bir çatı sizi enerjiden ayırır; çatının yapısını ve şeklini inceleyin:

O kubbeli mi, üçgen şekilli mi, vb. Çatı sembolü tepe çakrası için gerekli bir örtü veya koruma anlamına da gelir.
ÇATI KATI: Yaratıcı ya da spiritüel yanınız. En yüksek potansiyelinize erişmeniz. Perspektif.
ÇATLAK: İnşa etmiş olduğunuz duvarın bir bölümü açılmaktadır; bir şeyin zihinsel, fiziksel ya da duygusal olarak onarıma ihtiyacı vardır. Bu, çatlağın çürümeyi mi, yoksa yarıp geçmeyi mi ifade ettiğine bağlıdır.
ÇAY: Uyarıcı, gevşeme. Sosyal ilişki ve etkileşim. Spiritüel olarak merkezlenme, başkalarıyla paylaşma ritüeli. Bir mola verin.
ÇAYIR: Gelişiminizi ve başarılarınızı onurlandıran bir dinlenme, gevşeme ve güvenlik yeri. Bir sonraki dağa, bir sonraki öğrenim evrenize tırmanmadan önce bir tazelenme ve keyif alma yeri.
ÇEKİÇ: İnşa etmek ya da yıkmak için kullanılan bir fikir ya da gereç. Çekici nasıl kullandığınıza dikkat edin.
ÇEKİP ÇIKARMA: Kendini bir durumdan kurtarma.
ÇEKİRGE: Oradan oraya atlamak. Tekâmülü aramak.
ÇEKİRGE SÜRÜSÜ: İçsel uyumu yiyip bitiren olumsuz düşünce formları; gelişiminizi dedikoduyla, olumsuzlukla sınırlamanız. Kendinize ve başkalarına karşı olumlu bir tutum içine girmelisiniz.
ÇEKME (daralıp kısalma): Bir şeyin önemini, gücünü yitirmesi; öz-imajın sönmesi. Ayrıca, korkuları, endişeleri kendi ölçülerine indirgeyerek onların ağırlığından kurtulma.
ÇEKMECE: Fikirlerin depolandığı, kullanılmaya hazır ama kapalı yer. Eğer çekmece düzensizse, eski fikirlerden kurtulup sadece şimdiki gelişiminiz için yararlı olanları saklamanızın zamanı gelmiş demektir.
ÇELENK: Gelişimin, tekâmülün kutlanması.
ÇELİK: Kuvvet, kararlılık; katılık, duygusal soğukluk.
ÇENE: Eğer çene kapanmış veya kilitlenmişse, bu kendini ifa-

de etme ve bastırılmış duyguları salıverme ihtiyacını gösterir. Sertlik, kuvvet. Eğer çeneler sizi eziyorsa, bu sözlerden korkmayı, kendi gücünüzü başkalarına teslim etmeyi, kontrolü yitirmeyi, başkalarının olumsuz sözlerinin esiri olmayı ifade eder.

ÇER ÇÖP: Düzensizlik, fikirlerin karmaşası, kararsızlık. Dağınık düşünüş. Önceliklerinizi sıraya sokun, düzene girin, meditasyon yapın. Bkz. *Çöp*.

ÇETE: Benliğinizin zapt edilmez veçheleri; korkulu tutumlar ve inançlar.

ÇIBAN: İçinizden doğru patlayan zehirler. Sağlıksız biçimlerde ortaya çıkan bastırılmış duygular. Bkz. *Kabarcık*.

ÇIĞ: Büyük bir sarsıntı ya da şokla donmuş duyguların serbest kalması; onlar tekrar donmadan değişim yapma fırsatı. Duygusal benliğin reddedilen yanlarının geçici olarak özgürleşmeleri. Bkz. *Afet*.

ÇIKIŞ KAPISI: Belli bir durumdan kurtulma fırsatı; yaptığınız bir seçim.

ÇIKMAZ SOKAK: Girdiğiniz yerden geri çıkmak. Geçip gidememek.

ÇILDIRMAK: Realiteden kopmak, gerçekleri ayırt edememek. Hasta, dengesiz olmak. Bkz. *Deli*.

ÇIPLAK: Bütünüyle açık olmanız ve açığa çıkmanız, kim ya da ne olduğunuzu gizlememeniz. İyi bir sembol.

ÇIPLAK MANKEN: Eğer rüyanızda kendinizi çıplak bir manken olarak bir vitrinde görürseniz, kendinizi olduğunuz gibi, hiç gizlemeden, yapmacıksız bir biçimde sergilemektesinizdir.

ÇİÇEK: Çiçeklerin açması iyi bir gelişimin, bir güzellik ve doyumun işaretidir. Bir hedefe ulaşılmıştır; büyük bir başarı zamanıdır. Takdir etme. Ayrıca bkz. *Çiçek Buketi, Çiçeklenme*, bireysel çiçekler.

ÇİÇEK BUKETİ: Gelişimin, tekâmülün kutlanması. Bunu başardığınız için kendinizi kutlayın. Bkz. *Çiçek, Çiçeklenme*.

ÇİÇEK DÜRBÜNÜ: Tüm parçaların yerli yerine oturarak güzel bir tablo oluşturmasına izin vermek.

ÇİÇEK SOĞANI: Bir çiçek soğanı gelişim ve tekâmül potansiyelini temsil eder; dikim zamanı gelmiştir.

ÇİÇEKLENME: Başarılmış bir iş, siz güzellik ekmiş ve biçmiş bulunuyorsunuz, benliğin güzel bir ifadesi. Bkz. *Çiçek, Buket.*

ÇİFT: Benliğin iki yanı. Onların erkek mi dişi mi olduklarına dikkat edin. Hayat derslerini birlikte deneyimleyen iki önemli yanınız.

ÇİFTLİK: Benliğin bazı veçhelerini besleyip geliştirmek. Potansiyeli geliştirme konusunda çalışmak; ekmek ve ektiğini biçmek. Gelişiminiz çiftlikteki şeyler ve süren faaliyet tarafından simgelenir.

ÇİĞNEMEK: Bilgiyi sindirip özümsemek; bir şeyi tekrar tekrar düşünmek, incelemek, anlamak. Tırnaklarını yemek ya da yutulamayacak kadar çok sert bir şeyi çiğnemek ele almak istemediğiniz ya da aslında size ait olmayan bir sorunu işaret eder; ayrıca, kendini ifade etmemek anlamına gelir.

ÇİKOLATA: Başardığınız bir işten ötürü kendinize iyi davranmanız. Kendinizi ruhen besleme ihtiyacı. Bkz. *Şeker.*

ÇİMEN: Gelişim, beslenme, köklenme, korunma.

ÇİNGENE: Başıboş dolaşmak; hayatla şimdi ve burada başa çıkmaktan kaçınmak, sorunlarla yüzleşmek yerine onlardan kaçmak. Eğer çingene fal bakıyorsa, bu sizin psişik uyumlanışınızı yansıtır ya da mistik bilince, yüksek bilince erişmek yerine, gücünüzü psişik farkındalık düzeyine verdiğinizi gösterir. Falcının yaptığı kehanet ya da gösterdiği yön gözden geçirilip kabul ya da ret edilebilir; kontrol sizdedir.

ÇİRKİN YARATIK: Korku çirkin bir yaratıktır, endişe çirkin bir yaratıktır ve mutsuzluk çirkin bir yaratıktır. Kendi çirkin yaratıklarımızı kendimiz yaratırız ve onları biz kovabiliriz.

ÇİVİ: Kolayca incinen, hassas yanlarınızı korumak. Meydana gelen bir tekâmül. Nasıl kullanıldığına bağlı olarak, çivi bir arada tutmayı, kuvvet ve destek oluşturmayı temsil ediyor olabilir. Ya da, eğer çivileri çiğniyorsanız, hayatı olması gerektiğinden çok daha fazla zorlaştırıyorsunuz, berrak bir biçimde göremiyorsunuz demektir. Ayrıca, çivinin tam kafasına vurmak doğru algılama, doğru yöne yönelme anlamına gelir.

ÇİZME: Köklenmeniz ve dengelenmeniz gerekiyor.

ÇİZMEK: Gideceğiniz yönü ayrıntılarıyla plânlayın; plânlayın ve yaratın.

ÇOCUK BEZLERİ: Eski programları bırakırken kendinize karşı yumuşak ve nazik davranın.

ÇOCUKÇA DAVRANIŞ: Çocukluk denen o güvenli, rahat yeri bırakmayı reddetmek.

ÇOCUK DÜŞÜRME: Bir plânı, fikri ya da programı uygulamamaya karar vermek; onu en iyi yol olmadığı için bırakmak. Ayrıca, ortaya çıkmakta olan bir veçhenizi yok etmeniz. Bkz. *Kürtaj*.

ÇOCUKLAR: Savunmasızlık, masumiyet, açıklık, esneklik, neşelilik, oyunbazlık gibi kendi veçheleriniz. Kendi çocuklarınız sizin tutumlarınızı ve inançlarınızı yansıtırlar. Bu sembol genellikle sizin çocuk yanınızı unutmuş olduğunuzu ifade eder.

ÇORAPLAR: Koruma, destek, sıcaklık; temeliniz için, bacaklar ve ayaklar için yararlı. Noel çorabı olarak, evrenden iyi armağanlar almaya açıklık anlamına gelir. Kısa Çorap, rüyanın içeriğine bağlı olarak, sıcaklık ve rahatlık ya da oynamakta olduğunuz roller anlamına gelir.

ÇÖKMEK: Fiziksel, zihinsel, duygusal ya da spiritüel (özsel) benliğin zayıf düşürülmesi. Dikkat edin ve onları güçlendirmek için ne gerekiyorsa onu yapın.

ÇÖL: Durgunluk, hiçbir gelişimin olmaması. Artık hayatınızla ilgilenmenizin zamanı gelmiştir.

ÇÖMLEK, TENCERE: Şu anda hayatınızda neyi pişirmekte ya da ne yapmakta olduğunuzu gösterir. Çömleğin durumunu inceleyin. Beslenme, yaratma kaynağı.

ÇÖMLEK TUTACAĞI: Korunma; işinizi farkındalıkla yapın, dikkatle ele alın.

ÇÖMLEKÇİ: Hayatınızın şekillendiricisi. İstediğiniz şeyi istediğiniz gibi yaratabilirsiniz.

ÇÖP: Artık ihtiyaç duymadığınız ve bıraktığınız fikirler, tutumlar, inançlar. Bırakılması gereken olumsuz, değersiz düşünüş. Olumlu, yapıcı bir hayat kurmak için bırakılması gereken tüm yanlış adımlar ve programlar.

ÇÖP TOPLAYICI: Rüyanızda gördüğünüz bir çöp toplayıcı (başkalarının attığı ve işine yaramayan şeyleri toplayıp saklayan bir kişi) güçsüz düşmüş bir ruhtur. O asla yeterince şeye sahip olduğunu hissetmez. Yoksulluk duygusunu yatıştırmak için istifçilik yapmaktadır. Siz daha fazla şeye sahip oldukça kendinizi daha güvende hissedebilirsiniz, ama bu sahte güvenliktir. Siz yararsız bilgi depolayan bir zihinsel çöp-toplayıcı ya da kin ve şikâyet biriktiren duygusal bir çöp-toplayıcı da olabilirsiniz. Sizin her bakımdan bir temizlik yapmanız gerekmektedir.

ÇÖZMEK: Keşfetmek, karışık bir şeyi çözmek; bir sorunu çözmek.

ÇÖZÜLME: Bkz. *Erime.*

ÇUKUR: Eğer bir çukurun kenarında duruyorsanız, bu bir başka yöne yönelmeniz gerektiğini gösterir. Aynı yönde devam etmeniz berraklıktan çok karanlık getirir. Eğer bir çukurdaysanız, bu sizin yarattığınız bir çukurdur ve orada saklanamayacağınızı anlamalısınız. Her nereye giderseniz, tüm sorunlarınızı ve kaygılarınızı da birlikte götürürsünüz. Artık duruma bakmanın, bilincinizi yükseltmenin ve yola devam etmenin zamanı gelmiştir.

ÇUVAL: Bir taşıyıcı olarak gizlemek, saklamak anlamına gelir. Ayrıca, istenmeyen yanlarınızı yenerek yok etmek. Eğer rüyanızda bir çuvala koyulmuşsanız, bu eskinin ölümü ya da gücünüzü başkalarına teslim etmeniz anlamına gelebilir.

ÇÜRÜME: Olumsuz düşünüş; benliğin sağlıksız yanları. Kullanılmadıkları için boşa harcanan beceriler ve yetenekler. Potansiyelinize sahip çıkmak, olumlu yönde değişmek için kendinizi inceleyin, arının, uyanın.

D

DAĞ: Perspektif, netlik, spiritüel farkındalık. Uzakta bir dağ görmek sizi bekleyen aydınlatıcı deneyimler, fırsatlar, yeni dersler anlamına gelir. Dağa tırmanmak, doğru yönde ilerlemek demektir; dağdan aşağı inmek günlük hayatın bir veçhesinde yanlış yolda olmak demektir.

DAİRE: Bütünlük, tamamlık; bir başlangıcı ve sonu olmayan; sonsuzluk. Daire sizin bir devreyi tamamlamış olduğunuz veya beden, zihin ve ruh bütünlüğüne erişmiş olduğunuz anlamına gelebilir. Eğer bu sembol atlıkarınca ya da daireler çizip durmak şeklinde sunulmuşsa, bu, hayat derslerinizle ilgilenmediğiniz ve daireler çizip durduğunuz anlamına gelir.

DAKTİLO: İletişim kurma ve kendini ifade etme vasıtası. Düşüncelerinizi ve hislerinizi düzene sokmanız ve dile getirmeniz gerekmektedir.

DALGA: Bir dalgaya binmek güçlü hisler ve duygularla hareket etmektir. Sahilde oturup dalgaları izlemek yenilenmek ve güçlenmek için enerjiyi kendinize çekmek anlamına gelir. Bu rüya ayrıca değişiklikleri, iniş çıkışları ifade eder.

DALGANIN DORUĞU: Duygusal bir dönüş; ya da kendini her şeyin üzerinde hissetme.

DAMAR: Bkz. *Atardamar*.

DAMAT: Benliğimizin, yaratıcı/sezgisel dişi yanımızla birleş-

meye hazırlanan güçlü, girişken, hakkını savunan yanı. Bkz. *Düğün, Gelin-Damat.*

DAMGA, DAMGA PULU: Bir meseleyi onaylamanız ya da reddetmeniz.

DANS ETMEK: Tasasızlık, mutluluk, sevinç. Hayat dansı. Ayrıca, bir sorunu çözmek yerine, çevresinde dans etmek.

DANSÇI: Kendi ezginize göre dans etmek.

DAR: Sınırlanmış, kısıtlanmış yol; azaltılmış seçenekler. Bu sizi hedefinize eriştirecek daha kısa bir yol olabilir ve bu yol disiplin gerektirir.

DARALIP KISALMA: Bkz. *Çekme.*

DART (Küçük Ok): Eğer küçük okları atıyorsanız, bu bir kişiye yöneltilmiş zarar verici düşünceleri ve sözleri, acı sözleri ifade eder. Ayrıca, bir hedef belirleyip ona yönelmek anlamına da gelir.

DAVUL SESİ: Yaşam nabzı ya da ritmi. Kalp atışı, beyin dalgaları. İletişim, mesajlar.

DEDEKTİF: Yanıtlar ve içgörü aramak.

DEFO: Bir kumaştaki bir defo gibi, kendi içinizdeki kusur ya da yıkıcı program. Davranışlarınıza dikkat edin.

DEFORMASYON (Biçim Bozukluğu): İhmal ettiğiniz ya da kendini tam olarak ifade etmesine izin vermediğiniz bir yanınız; gelişmekten, tekâmül etmekten korkmak.

DEĞERLİ EŞYA: Bu rüya size tek gerçek hazinenin dünyevi hayatınızdan elde ettiğiniz spiritüel bilgelik olduğunu göstermektedir. En önemli şey, kazandığınız öz-sevgisi ve öz-bilgisidir.

DEĞERLİ TAŞ: Bkz. *Mücevher.*

DEĞNEK: Destek. Rehberlik için mistik sembol; hayat yolunda istikrarlı bir biçimde ilerlemek. Bir çobanın değneği benliğin kaybolmuş ya da unutulmuş veçhelerini geri getirir. Kendi varlığınız içinde kuvvet.

DEKORATÖR: İnsanın hayatını bir güzellik deneyimine dönüştürmesi; bazı yanlarınızı değiştirmeniz, düzeltmeniz.

DELİ: Bu realitede yaşamayı seçmiş olmasının sorumluluğunu kabullenmeyi reddeden biri; insanın ilkel dürtülerini sergileyen biri. Ayrıca, tasasızlık; o anda içinden geldiği gibi, düşünmeden davranan biri.

DELİ GÖMLEĞİ: Kısıtlanma, sınırlanma. Kendi çatışmaları ile meşgul olma; yaratıcı enerjiyi ve içgörüyü engelleme.

DELİK: Karanlık bir delik şimdi yüzleşmekte olduğunuz bilinmeyen bir yanınızdır. Bir şeydeki bir delik onarımın gerekli olduğu, ya da -savınızdaki bir delik olarak- düşünce süreçlerinizin eksik olduğu anlamına gelir. O, kendi yarattığınız gizli bir tehlike, bir tür tuzaktır. Eğer rüyanızda bir delikte bulunduğunuzu görürseniz, bkz *Mezar*.

DEMİR ATMAK: Hayatınızın ona bağlı olduğu bir şey, kontrol noktanız; duygusal tepkiyi ve deneyimi seçme özgürlüğü, kendini demirleme ya da ilerleme yeteneği. Eğer demir atmışsanız, duygularınıza hâkimsiniz ve yeniden ilerlemeden önce gideceğiniz yaşam yönünü anlamak ya da bulmak için bir süre duruyorsunuz demektir. Eğer bir demiriniz yoksa, bir amacınız ve seçme özgürlüğünüz olmadan bir kıyıdan diğerine sürükleniyorsunuz demektir. Ama demir atmak geçici bir durumdur ve demirler yeni deneyimlere ve derslere doğru ilerlemenizi engellemekte kullanılmamalıdır.

DEMİRCİ: Güçlü, yeni formlar oluşturmak; kuvvet, güç.

DEMİRYOLU: Bkz. *Tren*.

DEMİRYOLU HATTI: Siz takip etmeniz gereken yoldasınız ve onun dışına çıkamazsınız. Kişisel tekâmül yolunu izleyin.

DENEY YAPMAK: Hayatta alternatifler vardır; yeni kavramları ve fikirleri inceleyin, yeni fırsatlara açık olun. Farklı bir şeyleri deneyin. Bu rüya ayrıca sizin bir şeyi şansa bıraktığınız anlamına da gelebilir.

DENGE: Dengeli bir gemi omurgasının üzerinde olmak, aşırı uçlara savrulmamak. Kusursuz bir uyum içinde verebilmek ve alabilmek, sevebilmek ve sevilebilmek, çalışabilmek ve oynayabilmek. Beden, zihin ve özün (spirit) uygun biçimde dengelenmesi. Bunlardan biri dengesizse, diğer ikisinin de dengesi bozulabilir.

DENİZ: Bkz. *Okyanus*.

DENİZ HARİTASI: Hedeflerinizin çizelgesi; hayatınızın plânı. Bkz. *Harita*.

DENİZ KUVVETLERİ: Kendinizi duygusal olarak disipline sokma ihtiyacı. Bkz. *Silahlı Kuvvetler*.

DENİZ OTOBÜSÜ (kayakla su üzerinde giden küçük gemi): Kendini duygulara kaptırmamak, durumların sizi rahatsız etmesine izin vermemek. Sorunlara gömülmemek.

DENİZ PİYADELERİ: Bkz. *Silahlı Kuvvetler*.

DENİZ YOLCULUĞU: Duygusal yolculuk. Eğer o büyük bir gemiyse, bu hayatta duygusal olarak gerçekten kolayca ilerlediğiniz anlamına gelir.

DENİZALTI: Güçlü duygusal destek, koruma; duygusal suları ve bilinçdışını büyük bir koruma ve perspektifle araştırmanızı sağlar.

DENİZANASI: Attığınız duygusal adıma dikkat edin; bu konuda meditasyon yapmaya, tefekküre dalmaya ihtiyacınız var.

DENİZKIZI: Spiritüel ve duygusal ayartı.

DENİZTARAĞI: İyi iletişim kurmuyor, her şeyi kendi içinizde tutuyorsunuz. Kendinizi sözlerle daha çok ifade edin.

DEPARTMAN: Ruhun sayısız bölümü vardır.

DEPO: İçinizde depolanmış, nadiren kullanılan fikirler ve yetenekler. Muazzam bir potansiyel; istediğiniz ya da muhtaç olduğunuz her şey oradadır.

DEPREM: Depremin büyüklüğüne bağlı olarak, günlük hayatınızda -büyük ya da küçük- ani bir değişim. Bkz. *Afet*.

DEPRESYON: Düşük enerji. Neden-sonuç ilişkilerini, içinde bulunduğunuz duruma nasıl yol açtığınızı görememeniz. Meditasyon yapıp durumu berrak bir biçimde görmeye çalışın.

DERE: Yumuşak duygusal ifade; spiritüel şifa. Sorunların, endişelerin aşılması kolaydır, onları kendi çabanızla çözebilirsiniz. Eğer dere kurumuşsa, şimdi hayatınızda duygusal hiçbir şey olup bitmiyor demektir. Eğer su varsa ve akış yumuşaksa bu uyumu, eğer şiddetliyse, çok fazla şey geçirmekte olduğunuzu gösterir.

DERGİ: Hayatınızın kısa bir bölümü; hayatınızın bir bölümü üzerinde derinlemesine düşünmek. Bkz. *Kitap*.

DERİ: Sertlik, dayanıklılık, kuvvet; içgüdüsel doğa.

DERİN DONDURUCU: Donmuş duygular, kendini açmaktan korkmak. Gerçek doğanızın esnek ve yumuşak olduğunu görmeyi reddetmek. Soğuk depodan çıkıp eriyip çözülme zamanı.

DERLİ TOPLU, TEMİZ: Düzene girmeniz, davranışınızı arındırmanız. Disipline sokulmuş bir zihin.

DERS: Gelişmek için ihtiyacımız olan şey. Dersler sonsuz bir akışla üzerimize gelir. Bırakın gelsinler ve sizin bu sınıfta olmayı seçtiğinizi bilin. Bkz. *Konferans*.

DESTEK (Payanda): Kendinizi anlama gereci; yol boyunca bize yardım eden, destekleyen, ayakta tutan bir şey. Destekler geçicidir ve en sonunda uyanan içgörü sayesinde bırakılırlar.

DEV: Eğer bu çok büyük, korkutucu bir devse, korkunuz ya da kendinizden kuşkunuz aşırı derecede büyümüştür. Pireyi deve yapmaktasınız. Eğer bu dev bir bina, ağaç ya da taşıtsa, o içinizdeki muazzam potansiyeli gösterir. Bu rüyanın anlamı, o devin tehdit edici mi, yoksa harika bir şey mi olduğu, rüyanın içeriğine bağlıdır.

DEVE: Dayanıklılık, hayat yolculuğunu yaparken kullanılacak içsel kaynaklar. Aşılması gereken zorluklar karşısında sebat.

DEVEKUŞU: Hayatla yüzleşmeyi reddederek gelişmekten ka-

çınmak. Er ya da geç insan kendi benliğiyle yüzleşmelidir; ondan sonsuza dek kaçamazsınız.

DEVLET, EYALET: O devletin ismindeki harfleri toplayıp *Alfabe* ve *Sayı* maddelerine bakınız.

DIŞKI: Kendi çöpünüz, atığınız, gereksiz tutumlarınız ve inançlarınız. Onları tümüyle bırakmalısınız.

DIŞKILAMAK: Dengeyi, esenliği sağlamak için gerekli olan temizlenme, arınma, bırakma. Gereksiz düşünceleri, deneyimleri, fikirleri bırakmak.

DİK: Bkz. *Sarp*.

DİKEN: Bkz. *Kıymık*.

DİKİLİTAŞ: Spiritüel güç, tekâmül. Kuvvet kulesi. Bkz. *Kule, Piramit*.

DİKİŞ DİKMEK: Onarmak; yeni bir şey yaratmak. Fikirleri ve tutumları bir araya getirip birleştirmek. Ayrıca bkz. *Dikiş Yeri, İğne, İğne Yastığı*.

DİKİŞ YERİ: Bir araya getirmek. Birlik. Dikiş yerlerinin açılması enerjinin dağılması anlamına gelir. Ayrıca bkz. *Dikiş Dikmek, İğne*.

DİKTATÖR: İçinizdeki (insanları ve durumları istediği gibi kontrol etmek isteyen) kontrol manyağı.

DİL: İletişim kurma, kendinizi ifade etme yeteneği. Eğer rüyanızda diliniz kesilmişse, sözlerinize dikkat edin. Ayrıca, keskin bir dil öfke ve gazabı önleyemez.

DİLSİZ: Rüyanın içeriğine bağlı olarak, bu rüya size ihtiyaçlarınızı dile getirmediğinizi gösteriyor ya da sessiz olup iç sesinizi dinlemenizi söylüyor olabilir.

DİNAMİK: Ya tükenmeyen bir enerjiye sahipsiniz ya da onu elde etmeniz gerekiyor.

DİNAMİT: Tehlike uyarısı. Neyi bastırmakta olduğunuzu dikkatle inceleyin. Kendinizi açın, ifade edin, korkularınızla ve duygularınızla şimdi başa çıkın. Eğer gerekiyorsa yardım arayın.

DİNLEYİCİLER (bir toplantıya katılanlar): Kendinizi ifade etme ve işitilme fırsatı; benliğin farklı yanları bütünleşmeye ve yönlendirilmeye açıktırlar, böylece hedefler oluşturup yeni serüvenleri başlatabilirsiniz. Eğer dinleyiciler sizi dinlemiyorlarsa, bazı yanlarınız sizi işitmeye ve gereken değişimleri geçirmeye gönüllü değillerdir. Kendinizi sevip kabullenerek onların dikkatini çekmelisiniz.

DİNOZOR: Benliğin kadim yanı; yaratıcı ya da yıkıcı bir biçimde kullanılabilir.

DİPLOMA: İnisiyasyon, mezuniyet, başarılmış bir iş.

DİREKSİYON KULLANMAK: Bir taşıtın direksiyonunda olmak kendi hayatınızın kontrolünü ele almaktır.

DİRSEK: Destek, esneklik; enerjiyi vermek ve almak için gerekli olan şey. Bkz. *Beden*.

DİSK (kompakt): Enerjiyi deveran ettiren ve uyum yaratan berrak, uyumlu ses.

DİŞ ÇEKME: Uyum oluşturmak için sağlıksız bir yanınızdan kurtulmanız.

DİŞ FIRÇASI: Ağzınızı temizleyin; dedikodu yapmayı, olumsuz konuşmaları bırakın. İletişiminizi terbiye edin. Bkz. *Dişler*.

DİŞ TELİ: Sevgiyle konuşma gereği. Konuşma tarzınızı düzeltmelisiniz.

DİŞÇİ: Sözlü ifadeyi arındırmak. Ayrıca, acı çekme ve kontrolü yitirme korkusu.

DİŞETİ: Kendini sözlerle ifade etmek. Bkz. *Dişler*.

DİŞİ: Benliğin yaratıcı-sezgisel, alıcı-kabullenici, duygusal, besleyici yanı; bağlılık, hisler, bilinçdışı. Açık olan, nüfuz edilebilir ya da girilebilir olan. Bkz. *Erkek, Yin-Yang*.

DİŞLER: Bir şeyi hazmetmek için öğütmek, küçük parçalara ayırmak; anlama sürecini başlatmak. Kuvvet, niyet; pozisyonunuza dişlerinizi geçirmek. Görüşme. Sözlü ifade ihtiyacı. Eğer dişleriniz dökülüyorsa, bir sorunu ya da durumu anlayamıyor-

sunuz demektir; bir şey yutamayacağınız kadar serttir.
DİVA: Düşük öz-saygısıyla davranan güvensiz benlik. Aynı zamanda, büyüklük sanrısı. Burada şişmiş bir ego iş başındadır.
DİYET: Beslenme alışkanlıklarında dengeyi aramak: spiritüel, duygusal, fiziksel ve zihinsel beslenmede denge oluşturma ihtiyacı. Katı diyetler kendi kendini cezalandırmayı yansıtır. Ilımlılık anahtardır.
DİZ: Destek sisteminiz. Daha esnek olmanız gerekmektedir.
DOĞA: Beden, zihin ve özün (spirit) dinlenmesi, canlanması ve onarılması için bir sığınak.
DOĞAL FELÂKET: Bkz. *Afet.*
DOĞU: Spiritüel kaynak, uyanış; güneş doğudan doğduğundan, yeniden doğuş. Spiritüel yönünüzü bulmak için kendi içinize bakın.
DOĞUM: Yeni bir yönü açmak, yeni olasılıklar. Bkz. *Bebek.*
DOĞUM GÜNÜ: Oluşmakta olan yeni veçhenizi kutlamak. Yeni bir doğum.
DOĞUM KONTROLÜ: Bkz. *Gebeliği Önleyici Gereç, Doğum.*
DOKTOR: İçsel şifacı, iyileştirici yüksek benlik. Rehberlik.
DOKUMA (kumaş, kilim): Hayatınızın kalıbı; deneyimlerinizi siz dokur, güzellik ya da kaos yaratırsınız. Bkz. *Dokumak.*
DOKUMAK: Hayatın birçok deneyimini bir araya getirip bir bütünlük yaratmak. İstediğiniz hayatı yaratmak için çabayı, içgörüyü ve yönelimi karıştırıp birleştirmek. Bkz. *Goblen.*
DOKUNAÇ: Etkiniz uzak-erimli. Siz istediğiniz veya ihtiyaç duyduğunuz şeyi ele geçirecek güce sahipsiniz.
DOLAP: Bkz. *Çekmece.*
DOMİNO ETKİSİ: Her şey bir başka şeye yol açar, bu yüzden başlattığınız her şeye dikkat edin. Hatırlayın, yaptığımız, söylediğimiz ve inandığımız her şey bizimle başlar.
DOMUZ: Siz ya da bir başkası bencillik yaparak zamanını, enerjisini, parasını, vb. paylaşmıyor, bir domuz gibi davranıyor.

Bir başkasına ait olan onuru veya kazancı gasp etmek.

DON: Donmuş duygular.

DONDURMA: Bir ikram. Siz bir işi başardınız. Bkz. *Şeker.*

DONMAK: Duygusal doğa kapanmış, enerjiler hapsedilmiş; hareket edemeyiş. Bkz. *Buz.*

DOSYA DOLABI: Geçmiş yaşamlarınızın kayıtlarının bulunduğu yer.

DÖKMEK: Bkz. *Kazara Dökmek.*

DÖNÜŞ: Dönen, tam bir devir yapan bir şey sizin tekrar yolunuza dönmeniz anlamına gelir; daha deneyimli olarak, daha büyük bir farkındalıkla başlangıç noktasında bulunmaktasınız. Kısmi bir dönüş, yön değiştirmek anlamına gelir.

DÖŞEMECİLİK: Örtmek. Bir eşyayı kumaşla kaplayıp döşemek insanın imajını düzeltmesi, yenilemesi anlamına gelir.

DÖVME: Ego kimliği. Bkz. *Yara İzi.*

DUA ETMEK: Kendi farkındalığınızı rafineleştirmek; hedeflerinizi, ihtiyaçlarınızı ve isteklerinizi netleştirmek. Tanrı sizin ne istediğinizi bilir, ama siz onu tezahür ettirmek için ne istediğinizi bilmelisiniz. Hayatınızda daha fazla spiritüel zamana, yüksek benliğinizle iletişim kurmaya ihtiyacınız vardır.

DUDAK: Bu rüya size sorulmadan görüşünüzü bildirmenizin tehlikeli olabileceğini söylüyor olabilir. Ya da size sorulduğunda görüşünüzü bildirmeniz de tehlikeli olabilir.

DUL ERKEK: Daha dişi veçhelerinizi ortaya çıkarıp dengeye kavuşmalısınız. Bkz. *Dişi.*

DUL KADIN: İçinizdeki, gelişemediği veya kullanılmadığı için ölmüş olan erkeksi nitelikler. Daha erkeksi kuvvetlerinizi ortaya çıkarıp dengeye kavuşmalısınız. Bkz. *Erkek.*

DUMAN: Netlikten yoksunluk; durumun belirsiz oluşu; kafa karışıklığı. Ateş olmayan yerden duman çıkmayacağından, öfkeli duyguların göstergesi. Uyarı. Bkz. *Sis.*

DUMANLI SİS: Net bir biçimde görememek. Bkz. *Sis.*

DURGUNLUK: Hiçbir gelişim ve tekâmülün olmaması. Bkz. *Lağım Çukuru*.

DUVAK: İçinizde güzel bir birleşme ve birlik meydana gelmektedir. Bu çok güzel bir işarettir.

DUVAR: Engel. Başkalarıyla aranıza duvar çekmeniz size bir koruma sağlamaz, sadece sizi katı rollerin ve korkunun içine hapseder. İnançlarınızı, tutumlarınızı değiştirerek, riskler alarak, severek bir duvarı yıkın ya da onun çevresinden dolaşın.

DUVAR KÂĞIDI: Kendinize çekidüzen vermeniz, yeniden şekillendirmeniz. Ya da içsel hislerinizi, gerçek benliğinizi örtüp gizlemeniz.

DUYGU: Bkz. *His*.

DÜET YAPMAK: Dinginlik ve sevinç yaratmak için başka bir yanınızla uyum içine girmek.

DÜĞME: Mizahi bir biçimde kullanıldığında, ağzınızı kapamanız gerektiği anlamına gelir. Eğer düğme açılıyorsa, siz açılıyorsunuz demektir. Bu ayrıca birisinin, tepki verip vermeyeceğinizi görmek için sizin düğmenize basmakta olduğu anlamına da gelebilir.

DÜĞÜM: Gerilim, stres, adeta düğüm düğüm olmak; kapanmak. Ayrıca, kuvvet, birlik, bir arada tutmak.

DÜĞÜN: Bkz. *Evlenme*.

DÜKKÂN: Gelişmek için çeşitli fırsatlar ve araçlar emrinizdedir. Hayatta oynayacak yeni rolleri araştırmanız. Ayrıca bkz. *Pazar, Mağaza*.

DÜMEN: Eğer siz teknenin dümenindeyseniz, duygusal hayatınıza hâkimsiniz ve fırtınalı durumlarda yolunuzu bulabilirsiniz demektir. Eğer dümen başında değilseniz, hayatın duygusal denizlerinde inip çıkıyor, başıboş sürükleniyor, kendi sorumluluğunuzu kabullenmiyorsunuz demektir.

DÜNYA: Uzay-zaman farkındalığında deneyimlediğiniz realite. Kendi dünyanız; algılarınız, inançlarınız, sınırlamalarınız. Bkz.

Yerküre.

DÜNYA SAVAŞI: Tüm veçhelerinizin birbiriyle savaşması. Sakinleşin, tepki göstermeyin, barıştırıcı veçhenizi ortaya çıkararak kargaşasız bir içsel dünya oluşturun.

DÜRBÜN: Net, berrak bir biçimde görme yeteneği.

DÜŞMAN: Benliğin bilinmeyen, yanlış anlaşıldığı için korkulan veçheleri. Kendi içinizde savaş halindesiniz; benliğinizin tüm yanlarıyla sevgiyle dost olun ki en büyük zayıflıklarınız en büyük kuvvetlerinize dönüşsün. Bkz. *Korku*.

DÜŞMEK: Bir durumda kontrolü yitirmeniz veya düşük enerji anlamına gelebilir. Yeniden hedefinize yönelebilmeniz için meditasyon yoluyla kendi içinizde merkezlenmeniz gerekmektedir. Bu rüya ayrıca gece astral yolculuktan bedeninize geri dönerken yaptığınız "kötü iniş"ten de kaynaklanabilir.

E

E-POSTA: Sizinle iletişim kurulurken, aldığınız rehberlik bile güncelleşir.

EBEDİ: O, hayattır! Ruhunuzun var olmadığı ve olmayacağı bir zaman asla olmamıştır ve olmayacaktır.

EBEVEYN: Normal olarak, sizin deneyimli, daha yaşlı yanlarınız. Eğer ebeveynleriniz ölmüşlerse, bu gerçek bir ziyaret ya da onlardan gelen bir mesaj olabilir. Bkz. *Erkek, Dişi, Baba, Anne.*

EFEMİNE: Erkeksi girişken enerjiden daha ağır basan kadınsı yaratıcı kimya.

EGZERSİZ: Beden, zihin ve özün (spirit) bütünlenmesi; fiziksel enerjileri geliştirmeniz ve bir şeye odaklamanız gerekmektedir. Gevşemeniz, konsantre olmanız gerekmektedir. Aklın dışına çıkıp biraz oyun oynayın.

EHLİYET: Bkz. *Lisans.*

EJDERHA: Kundalini gücü. Ejderhanın ateşi olumsuz düşü-

nüşü arındırır, illüzyonu dağıtır. Ejderhayı öldürmek korkularla yüzleşip onlardan kurtulmak, daha yüksek bir farkındalık düzeyini uyandırmaya muktedir olmak anlamına gelir.

EKİN: Ne ekerseniz onu biçersiniz. Kendini sevmekten ve ruhen beslemekten kaynaklanan tekâmülü temsil eder Eğer tarlanızda küçük bir ürün varsa, bu, yeteneklerinizi kullanmayı ihmal ettiğinizi, kendinizi yeterince sevmediğinizi ve takdir etmediğinizi gösterir.

EKİN BİÇMEK: Bkz. *Bahçe, Hasat.*

EKLEMLER: Birlikte çalışma ihtiyacı. Esneklik. Sol alıcı yandır, sağ verici yandır.

EKMEK: Dostluk; hepimizin Tanrı'nın bedeninin bir parçası olduğumuz farkındalığıyla başkalarıyla paylaşma. Tanrı'nın tapınağı olarak beden; hayatın derslerini tanrısal farkındalıkla öğrenme. Meditasyon, Tanrı'yla bir olma, yaşam ekmeğidir ve her şeyle bir'liğimizi idrak etmektir.

EKSEN: Evrensel düzen ile uyum içinde olmanız, son derece önemli ve asli bir işleve sahip olan dengeyi korumanızı sağlar.

EL: Benliğinizin hisseden, ifade eden yanı. Sol el enerjiyi, sevgiyi alır; sağ el verir. Eğer sol eliniz yaralanmışsa, almanıza izin vermiyorsunuz demektir; eğer sağ eliniz yaralanmışsa, tekrar doldurmadan çok fazla enerji veriyorsunuz demektir. Size el uzatılması bir yardımın sunulması anlamına gelir: İçinize dönün, başkalarına ve Tanrı'ya uzanın. Bkz. *Beden.*

EL FENERİ: Benliğin bilinmeyen yanlarına ışık tutmak. Onlara yakından bakın.

EL SALLAMAK: Birisine el sallamak onu kabul etmek, selamlamak, sevmek anlamına gelir.

ELASTİK: Esneklik; ayrıca, çok fazla işle meşgul olmak, kırk tarakta bezi olmak.

ELBİSE: Bkz. *Giysi.*

ELDİVEN: Koruma, örtme. Başkalarıyla temastan kaçınma;

fiziksel ve duygusal enerjiyi vermeyi ve almayı engelleme.

ELEKTRİK: Yaşam kuvveti; titreşim hızı ya da frekans. Siz elektriksel bir varlıksınız. Gelişmek, anlamak, berraklığa kavuşmak için yakıt, yani enerji gereklidir.

ELEKTRİK DÜĞMESİ: Güç ve enerji kontrolü; istediğinizde kendinizi açıp kapatabilmeniz. Enerji ve yaşam deneyimleri üzerindeki kontrolünüzün derecesi. Eğer karanlık bir evdeyseniz ve elektrik düğmesini bulamıyorsanız, enerjiniz düşük demektir ve onu yükseltmeniz gerekir. Halen bilmediğiniz yeni şeyler meydana gelmektedir.

ELEKTRİK KESİNTİSİ: İhtiyaçlarınızı karşılamanızı engelleyen geçici bir enerji yetersizliği.

ELEKTRİK SÜPÜRGESİYLE TEMİZLEMEK: İçinizdeki tozu ve kiri temizleyip arınmak.

ELEŞTİRMEN: Öz-disiplin, eğer eleştirilme ve hata yapma korkusuyla yanlış biçimde kullanılırsa, en yüksek hayrı elde etmenizi engelleyebilir. İnsanoğlunun sınırlı farkındalığı insana kendini ya da diğerlerini yargılayacak bilgeliği vermez.

ELF (uzun kulaklı muzip peri): Hayattan keyif almak ve eğlenmek için gerekli olan afacan, komik yanınız.

ELMA: Sağlıklı etki; yeni anlayış, daha büyük bilgi ve bilgelik. Enerji ve kendi kendini yönlendirme. Elmanın olgun, güzel olması kendinizi yeni enerjiye ve içgörüye açtığınızı, çürük ve kurtlu olması ise olumsuzluğu ve çürümeyi temizlemeniz gerektiğini gösterir.

EMLAKÇI: Benliğinin yeni yanlarını araştıran biri.

EMMEK: Bkz. *Meme Emmek*.

EMZİK: Duygusal olarak beslenme ihtiyacı.

EMZİREREK BESLEMEK: Kendinizi ya da başkalarını duygusal destekle beslemeniz. Enerjinizi koruyun ve başkalarına sadece rahatça verebileceğiniz kadarını verin. Bkz. *Emzirmek*.

EMZİRMEK (bir bebeği): Yepyeni bir yanınızı sevgiyle bes-

lemek. Bkz. *Emzirerek Beslemek.*

ENDİŞE: Enerjinizi tüketmenin en hızlı yolu.

ENERJİ: Biz kozmik enerji denizinde yaşar, hareket eder ve var oluruz. Biz daima düşüncelerimiz, sözlerimiz ve eylemlerimizle enerji alanımızı genişletir ya da daraltırız. Benliğin fiziksel, zihinsel ve spirtüel (özsel) düzeyleri değişik enerji titreşimleridir. Enerji, bedenlerimizin maddesi ve büyüyebilmek için fiziksel bedenimizin muhtaç olduğu yakıttır. Enerji iyileşmenin, içgörünün, algılamanın ve spiritüel farkındalığın anahtarıdır. Meditasyon enerji alanını yeniden şarj eder, onun kuvvetini ve genişleme halini sürdürür.

ENFEKSİYON: Bkz. *Hastalık.*

ENGEL: Sınırlama ya da yola devam edebilmek için bir şeyin üzerinden atlamanız ya da çevresinden dolaşmanız gerektiği inancı. Yaratıcı düşünce anahtardır.

ENJEKSİYON: Enerji enjeksiyonu; çabucak toparlanmak; iyileşmek. Eğer bu bir uyuşturucu iğnesiyse ya da öldürücü bir iğneyse, kendinize yıkıcı ve tehlikeli düşünceleri enjekte ediyorsunuz demektir; bu, eterik bedene müdahalede bulunmak, aurada delikler açmak, enerji kaybetmek anlamına gelir.

ENKAZ: Bkz. *Kazaya Uğramak.*

ENSEST (yakın akrabayla cinsel ilişki): Bazı yanlarınızın birleşmesi: Yetişkinin çocukla, erkeğin dişiyle birleşmesi. Aynı cinsten iki kişi sizin içinizdeki dişi veya erkeksi benliği benimsemekte olduğunuz anlamına gelir. Rüyadaki tüm kişiler sizsiniz; ensestin cinsel davranışla bir ilgisi olması gerekmez. Bkz. *Cinsel İlişki.*

EPİLASYON: İnsanın küçük kuvvetlerini kaybetmesi. Kafanın tıraş edilmesi ise tam bir kuvvet kaybını işaret eder.

EPİLEPSİ (Sara): Duygusal bastırma. Bkz. *Patlama.*

EREKSİYON: İşlevini yerine getirmeye hazır olan erkeksi sembol.

ERGEN: Ergenlik çağında yükselen kundalini gücünden ötürü fiziksel ve cinsel farkındalıkta değişimler meydana gelir. Duygusal gelişim daha yavaş ilerler. Bedendeki hızlı değişimler ve artan enerji yüzünden genel bir karmaşa yaşanır; duygular ve yargı bir yana atılır. Daha ileri yaşta olduğunuz halde rüyanızda kendinizi ergenlik çağında görmeniz sizin bir ergen gibi davrandığınız, yanlış yargılarda bulunduğunuz, duygusal iniş çıkışlar yaşadığınız anlamına gelebilir. Ayrıca, bu rüya cinsel farkındalığınızı uyandırıp onunla bütünleşmeniz gerektiği anlamına da gelebilir. (Kundalini gücü menopoz döneminde hem kadınlarda hem de erkeklerde büyük bir kuvvetle tekrar yükselir.)

ERİME: Duygusal kaynakların, hislerin açılması; yeni bir anlayışa uyanmak. Ayrıca, bir başkasının duygularının sıcaklığı içinde benlik duygusunu yitirmek.

ERKEK: Benliğin girişken, hakkını savunan, saldırgan, güçlü yanı. Mantıklılık, pratiklik, akıl, bilinç, irade. Nüfuz eden, anlayan yan. Bkz. *Dişi, Yin-Yang.*

ERKEK ÇOCUK (Oğlan): Benliğin erkeksi çocuk yanı; içinizde erkeksi niteliklerin gelişmesi. Açık ve savunmasız olan dışsal ifade.

ERKEK EVLAT: Benliğinizin erkeksi çocuk yanı. Ayrıca, oğlunuza projekte ettiğiniz nitelikler; oğlunuzla ya da oğlunuz rolünü oynayan kişiyle ilişkinizin doğası.

ERKEK KARDEŞ: Benliğin erkeksi yanı. Erkek kardeşinize ya da erkek kardeş figürüne projekte ettiğiniz kendi nitelikleriniz. Erkek kardeşinizle ya da o rolü oynayan kişiyle aranızdaki ilişkiyi nasıl algıladığınız.

ERMİŞ: Bkz. *Aziz.*

EROTİK: Uyarım ihtiyacı; fantezi, hayaller. Enerjinin ikinci, yani cinsel çakrada yoğunlaşması, aktif libido. Bedeninizin fiziksel ihtiyaçlarının daha çok farkında olmalısınız.

ERTELEMEK: Kendi kendinize empoze ettiğiniz kısıtlama. Ya da, ilerlemek için zamanlamanın doğru olmaması. Ayrıca, yanlış seçimlerde bulunma korkusu; içsel rehberinize güvenin ve ilerleyin.

ESANS: Bkz. *Koku.*

ESİR: Bkz. *Köle.*

ESKİ: Bkz. *Kadim.*

ESKİ EŞ: Bir erkek, benliğin güçlü, girişken yanıdır. Bir kadın benliğin sezgisel, yaratıcı yanıdır. O kişiyle hangi nitelikleri, özellikleri ve dersleri ilişkilendiriyorsanız, onları yeniden öğreniyor olabilirsiniz. Dikkat edin.

ESNEMEK: Can sıkıntısı, enerjisizlik, güdüsüzlük.

ESTETİK OPERASYON: Öz-saygınızı, öz-beğeninizi yeniden oluşturmanız, yükseltmeniz ya da sevgiyi ve öz-saygısını dış kaynaklarda aramanız.

EŞEK: Bkz. *Katır.*

EŞEK ARISI: Bkz. *Arı.*

ET: Rüyanın içeriğine bağlı olarak, bir sorunun kökenine inmeniz; ya da köklenebilmek için et yemeye ihtiyacınızın olması.

ETİKETLEME: Bir şeyi damgalama veya sınıflandırma; dünyayı birlik değil, ayrılık gözleriyle görmeyi ifade eder. Daha derin anlamı ve insanların, nesnelerin, fikirlerin birbirine bağlılığını hissetmelisiniz.

ETNİK: Bu dünya katında son kez enkarne olana dek birçok ırkı ve dini deneyimlemiş olacaksınız. Bu yüzden başka bir kişinin etnik kökenini yargılayamazsınız, çünkü büyük olasılıkla siz de o etnik kökenden geldiğiniz bir hayat yaşamışsınızdır.

EV: Kendiniz, benliğiniz. Evin neresinde bulunduğunuz ve neyin olup bittiği hayatınızın birçok fasetasıyla ilgili içgörü verir. Karanlık ya da bilinmeyen odalara girmek kendi bilmediğiniz yanlarınızı keşfetmenizdir. Eğer odalar dağınık ve karışıksa, bu kendinizi düzene sokmanız ve eski, yararsız alışkanlıklarınız-

dan ve fikirlerinizden kurtulmanız gerektiğini gösterir. Evdeki insanlar ve mobilya sizin veçhelerinizdir. Özellikle renklere ve şekillere dikkat edin. Farklı odalar farklı veçhelerinizi temsil ederler:

Üst kat veya tavan arası - spiritüel farkındalık.
Zemin kat - günlük yaşam durumları.
Bodrum katı - cinsel farkındalık ve bilinçdışı.
Mutfak - çalışma alanı, plânları ve projeleri pişirme, beslenmeye hazırlık.
Yatak odaları - dinlenme, rüyalar, bilinçdışı, cinsel hisler.
Kütüphane - akıl ve öğrenme.
Oturma odası - başkalarıyla günlük ilişki ve etkileşim.
Yemek odası - yaşama, beslenme, arkadaşlık.
Banyolar - temizlenme, eskinin bırakılması.
Veranda, teras ya da avlu - benliğin uzantısı, eğlenme, gevşeyip rahatlama.
Temel - içsel kuvvet ve köklenmişlik.

EVCİL HAYVAN: Kendi seçtiğimiz bir sorumluluk; bizi duygusal olarak besleyen bir şey. Bkz. bireysel hayvanlar.

EVCİLLEŞTİRME: Daha önce reddettiğiniz bazı yanlarınızı kabullenmeniz; içinizdeki uyum ve dinginlik.

EVİN GARAJINI SOKAĞA BAĞLAYAN YOL: Benliğin dışsal realiteye daha kolay erişmeyi sağlayan uzantısı. Evinizin ya da benliğinizin girişi. Eğer bu bir başkasının araba yoluysa, bkz. *Yol*.

EVİYE: Bkz. *Bulaşık Teknesi*.

EVLAT EDİNME: Benliğinizin yepyeni bir veçhesini ortaya çıkarmanız, şimdi yeni bir başlangıç yapabilirsiniz. Siz onu kazanmış bulunuyorsunuz.

EVLENME: Fikirlerin, insanların, benliğin bazı veçhelerinin bir araya getirilmesi, birleştirilmesi. Rüyanızda evlendiğinizi görmeniz genellikle akli ve sezgisel yanlarınızın ya da erkeksi

ve kadınsı yanlarınızın bir birleşmesini temsil eder. Eski sevgilinizle ya da bir arkadaşınızla evlendiğinizi görmeniz o kişinin olumlu niteliklerini kendi bilincinize katmanız anlamına gelir. Bkz. *Yin-Yang*.

EVRAK ÇANTASI: Kendi kimliğinizin parçaları ve taşıyıp durduğunuz programlar.

EVREN: Sizin de bir parçası olduğunuz gizemli enginlik. Siz evrensiniz. Kozmosla aynı temel yapıya ve enerjiye sahipsiniz.

EVSİZ BARKSIZ: Öz-kimliğinden geçici olarak yoksun olmak.

EYER: Kendinizi gereksiz bir duruma eyerlemek. Ayrıca, bir ata binerken olduğu gibi, korunma ve rahatlık.

EZOTERİK BİLGİ: Evrenin yasalarıyla bağlantılı olarak kişisel spiritüel kaydınız. Tüm kayıtlar tutulur ve daha sonra ruhsal rehberliğiniz tarafından gözden geçirilmek üzere saklanır.

F

FAHİŞE: İstediğiniz bir şeyi elde etmek için enerjiyi kötüye kullanmanız. Siz yaratıcı yeteneğinizi tam olarak kullanmayarak, ideallerinizden taviz vererek becerilerinizi ve yeteneklerinizi kötüye kullanırsınız. Kendiniz olmaya cüret edin!

FAKS MAKİNESİ: Fikirleri, ihtiyaçları ve arzuları bir anda iletebilme yeteneği.

FARE: Enerjinizi alan küçük bir korku ya da sinirlendirici bir şey. Bir kedinin bir fareyi kovalaması, kendinizle ya da başkalarıyla bir kedi-fare oyunu oynadığınızı, sorunlar üzerinde çalışıp onları çözmeye gönüllü olmadığınızı ima eder. Birçok hayal kırıklığı yaratıcı ilişki kedi-fare oyunu plânına dayanır. Bu sembol ayrıca bir fare gibi sessiz, ürkek, renksiz bir kişi anlamına gelir.

FARELİ KÖYÜN KAVALCISI: Siz kendi ezginizi çalıyor ve onu takip ediyor, diğerlerini de aynı yoldan götürüyorsunuz.

Doğru yönde ilerlediğinizden emin olun, bu konudaki sorumluluğunuzu yerine getirin. Eğer siz fareli köyün kavalcısını izliyorsanız, bir inanç, benliğinizin bir veçhesi, egonuz ya da bir başka kişi tarafından hipnotize edilmişsiniz demektir.

FATURA, HESAP: Faturayı göndermeye ya da almaya bağlı olarak, karmik geri-ödeme.

FAVORİLER: Gelişim, korunma. Bkz. *Sakal.*

FAYANS: Koruyucu kaplama; soğuk, katı. Seramik fayanslar yaratıcı ifadeyi yansıtıyor olabilir.

FAYTON: Orada size yardım edecek yüksek bir öğretmen vardır. Eğer o (Vahşi Batı'da kullanılan) bir posta arabasıysa, bu benliğin gösteriş ve eğlence için kullanılan yanını gösterir.

FELÂKET: Bkz. *Afet.*

FELÇ OLMAK: Korku yüzünden geçici olarak iyi işlev yapamamak, net ve berrak bir biçimde görememek.

FERİBOT: Bkz. *Tekne.*

FERMUAR: Bir şeyleri kapamak ya da açmak.

FIÇI: Büyük eğlence. Fıçının dibindeyseniz, bu o kadar iyi bir eğlence değildir.

FIRIN: Yeni fikirlere ısınmak. Bir şeyleri pişirmek.

FIRINCI: Simyacı; yaratıcı benlik. Bkz. *Aşçı.*

FIRTINA, SAĞANAK: Duygusal sağanak; birçok içsel değişim meydana gelmektedir; temizlenme, arınma. Bastırılmış duyguların, korkuların, endişelerin ortaya çıkması. Hayal kırıklığının açığa çıkıp boşalması. Durum fırtınadan önce çok karanlık görünür. Fırtına geçtikten sonra kendinizi yenilenmiş hissedeceksiniz.

FISILDAMAK: İletişimde açık olmamak. Kendini tutmak, kendini tam olarak ifade etmekten korkmak. Pasiflik; sırlar saklamak, açık olmamak. Kendiniz olmaya cüret edin.

FİL: Benliğin yumuşak, yararlı ya da yıkıcı olabilen güçlü yanı. O sadece korktuğunda yıkıcı olur, öyleyse eğer fil kızgınsa

korkularınızı inceleyin. Ayrıca, tekâmülünüz için olumlu olan dersleri tutup, olumsuz deneyim kalıntısını unutun; bir fil asla unutmasa da siz her şeyi hatırlamak zorunda değilsiniz.

FİLDİŞİ: Saflık; kuvvet, dayanma gücü.

FİLM: Bu sizin hayatınızdır; sahneler şimdiki düşünüşünüzü, hissedişinizi, algılayışınızı, ilişkilerinizi betimler ve sorunlarla ilgili içgörü sağlar. Siz bu filmin yapımcısı ve yönetmenisiniz; değiştirilmesi gereken şeyi değiştirin.

FİLM ÇEKMEK: Geçmişi nasıl gördüğünüz, ki bu size yardımcı da olabilir, engelleyici de; genellikle, eski anılar ve sizin hayatı yorumlayışınız. Bu ayrıca geleceğin bir projeksiyonu da olabilir, öyleyse ne yaratmakta olduğunuza dikkat edin.

FİTİL: Bkz. *Benzin, Enerji*.

FLÜT: Spiritüel sevinç, uyum, ahenkli hisler ve düşünceler.

FOBİ: Yersiz veya yüzeyde öyle görünen, ama belki geçmiş bir enkarnasyonda yaşadığınız nahoş bir deneyimden kaynaklanan bir korku. Bir rüyada sizi neyin korkuttuğuna dikkat edin.

FOK BALIĞI: Duygusal enerji, hantal ancak tasasız.

FORMÜL: Bir sorununuz yakında çözülecektir. Hedeflerinize erişmek için bir plân geliştirin. Ayrıca, yaşam yönünüzü belirleyip plânlamalı, o konuda berraklığa kavuşmalısınız.

FOTOĞRAF: Bu zamanda bazı şeyleri nasıl gördüğünüz; geçmiş bir anıyı uyandıran bir fotoğraf şimdi almakta olduğunuz dersi geçmişte öğrenmemiş olduğunuzu gösterir. Bkz. *Albüm*.

FOTOĞRAF MAKİNESİ: Deneyimlerin algılanışı; hayatın öğrenim için kullanılacak kaydı. Her yaşam fotoğrafında ya da deneyiminde tekâmül için olumlu dersi görmeyi öğrenin, o zaman fotoğraf albümünüz sevincin ve sevginin özüyle dolu olacaktır.

FOTOKOPİ ÇEKMEK: Size yararlı olmuş olan olumlu eylemleri kopya eder gibi tekrarlamak.

FREN: Kontrol noktası. Uyarı, gerektiğinde freni kullanın ve yavaşlayın: frensiz olmak kontrolsüz olmak ve tehlike demek-

tir. Durun, ileri gitmeden önce belli bir durumu inceleyin; ileri gitmeden önce yavaşlayın.

FRİJİT: Bir başkasına duygusal bağımlılıktan korkmak; bedenle teması yitirmiş olmak, cinsel bakımdan tıkanmış olmak.

G

GALAKSİ: Engin benliğin görünümü; sizi benliğinizin yaratıcı enerji olarak daha yüksek farkındalığına uyandıracak boyutlararası bir deneyim.

GAMALI HAÇ: Kadim zamanlarda yorumlandığı gibi, yüce kozmosu tanımak. Ancak, bu diktatörler tarafından kötüye kullanılmış bir semboldür, bu yüzden sizin de kontrol sorunlarınız olup olmadığına, zorbaca davranıp davranmadığınıza bakın.

GAMMAZLAMAK: Kendinize ihanet etmeniz; dedikodu yapmanız, başkalarını yargılamanız.

GANGSTER: Bkz. *Suçlu.*

GARAJ: Dinlenme, güvenlik yeri. Taşıtınız bir garaja geçici olarak park edilmelidir, yoksa siz hayatınızla ilgilenmiyor ve derslerinizi öğrenmiyorsunuz demektir.

GARANTİ BELGESİ: Siz bu dünyaya bir garanti süresiyle gelirsiniz. Gereken tek şey, o garanti süresi bitmeden derslerinizi öğrenmenizdir.

GARDIROP: Bkz. *Giysiler.*

GARDİYAN, DENETÇİ: Benliğin eleştiren, disipline eden, kontrol eden, kısıtlayan yanı; kendi gücünüzü yitirmeniz.

GARSON (Erkek Garson, Kadın Garson): Benliğin besleyen ve hizmet eden erkeksi ve kadınsı yanları. Eğer bir erkek ya da kadın garsona kızmışsanız, hangi yanınızı kabullenemeyip reddettiğinizi kendinize sorun. Eğer servis yavaşsa, kendinize muhtaç olduğunuz beslenmeyi ve yaşamı sunmuyorsunuz demektir.

GAYZER: Duygusal enerji patlaması, duyguların hızla ortaya

çıkması.

GAZETE: Günlük hayatınız, nelerin olup bittiğiyle ilgili bir mesaj. Ona iyi bakın; dikkat edin.

GAZETECİ: Bkz. *Muhabir*.

GECE: Durumları net bir biçimde görememek; içsel rehberlik ışığını görememek. Benliğinizin bilinmeyen yanlarına doğru ilerlemek.

GECEKONDU MAHALLESİ: Bkz. *Yoksulluk*.

GEÇ KALMAK: Fırsatları kaçırmak; disiplinsizlik, sorumsuzluk. Fazla zamanınız yok; hazır olun.

GEÇİT (Ara Yol): Yön değiştirmek için kestirme bir yol; plânları yeniden yapmak. Bu yol dardır, sınırlıdır ve orada dikkatle yürünmelidir. Eğer yol karanlıksa, bu bilinmeyen ve yabancı bir rotayı temsil eder.

GEÇİT TÖRENİ: Benliğin birçok veçhesi; bazılarını hayal edersiniz, bazılarını da oynarsınız, hepsini siz yaratırsınız.

GELECEK: Daima bir gelecek olmuştur ve olacaktır. Biz başlangıçları ve sonları düşünürüz ama geleceğin bir sonu yoktur.

GELGİTLER: Duygusal iniş çıkışlar, dalgalanmalar. Bkz. *Okyanus*.

GELİN, DAMAT: Bir rüyada gelin ile damat birlikte görülüyorsa, bu kendi içinizdeki erkeksi ve kadınsı niteliklerin birleşmesini temsil eder; olgunlukla yeni bir başlangıç ve daha fazla sorumluluk. Evlilik beden, zihin ve özün (spirit) birleşmesidir. Gelin, kadınsı benliğin daha yüksek farkındalığı ile yeni bir başlangıçtır; damat da erkeksi benliğin daha yüksek farkındalığı ile yeni bir başlangıçtır.

GELİN DUVAĞI: Bkz. *Duvak*.

GELİR VERGİSİ: Enerjiniz sizden alınmıştır.

GELİŞME, BÜYÜME: Beden, zihin ve öz (spirit) olarak kendi üzerinizde çalışmak. Bir dersten diğerine geçerek, bu enkarnasyondan sonra birlikte götüreceğiniz bilgeliği edinmek.

GEMİ: Bkz. *Tekne.*

GEMİ OMURGASI (Karina): Duygusal temel. Bkz. *Tekne.*

GEMİYİ SUYA İNDİRMEK: Yeni bir serüvene, kendini keşfe çıkmak; bir hedefe yönelmek.

GENÇ: Açıklık; benliğin tasasız, neşeli, yaratıcı yanı; kısıtlamaların, sınırlamaların az olması. Kalben genç olmak.

GENERAL: Bkz. *Rehberlik.*

GERİ ZEKÂLI: Numaraları tekrarlayıp durmak, deneyimlerden ders almamak; netlikten yoksunluk; hayatı gereğinden çok daha fazla zorlaştırmak. Gücünü başkalarına teslim etmek.

GEYİK, KARACA, CEYLAN: Genellikle kuvvetlerinizi ve içsel korumanızı uyandıramadığınız için mağdur ettiğiniz yumuşak, masum veçheleriniz. Kanada Geyiği ise benliğinizin güçlü yanını temsil eder. Bkz. *Hayvan.*

GEYİK BOYNUZLARI: Koruma, kendi otoritesini gösterme; benliğin güçlü, erkeksi veçhesi; erkeksi benliğinizden bir armağan.

GEZEGEN: Büyük öneme sahip bir fikir, bir anlayış; öğretmen, aydınlatan bir şey. Her bir gezegen zekâya ya da titreşime sahiptir ve tüm diğer gök cisimleriyle birbirine bağlıdır. Kendinizle ve başkalarıyla ilişkili olarak özel titreşim hızı; kozmik etki, enerji, genişlemiş farkındalık. Kozmik devinimin uyumu; amaç, tasarım. Biz geceleri uyku sırasında bedenimizden ayrılıp farklı gezegenleri inceler, her birinin bize öğreteceği dersleri özümseriz; onlar daha ileri okullardır.

Güneş - Işık, gerçek, spiritüel merkez, Tanrı kuvveti, Mesih ışığı; güç, enerji, erkeksilik. Tüm hayat onun ışığına bağlıdır; hayatımızdaki çok önemli kuvvet.

Ay - Bilinçdışı, duygular, duyarlılık, psişik farkındalık; dişilik, sezgi, yaratıcılık; ışığın ve gerçeğin yansıtıcısı.

Merkür - Zihin, düşünce, iletişim, sezgi, değişebilirlik; tanrıların habercisi.

Venüs - Sevgi, güzellik, uyum, yumuşaklık, duygu, dişilik.

Dünya - Gelişim, öğrenme, köklenme, uzay-zaman farkındalığı; merkezlenme, şefkat, yaratıcılık.

Mars - Etkinlik, serüven, iddialılık, cinsel enerji; saldırganlık, düşmanlık, tutku.

Jüpiter - Genişleme, servet, spiritüel bilgi ve ifade zenginliği, yardımseverlik, şans.

Satürn - Disiplin, öğrenme, zamanın ve üretimin yavaşlığı; rafineleşme.

Uranüs - Uyanma, aşkınlık, ani iniş çıkışlar, değişimler, etki; aşırı uçlar, olağandışı yetenekler.

Neptün - Bilinçdışı, mistisizm, içsel benlik, psişik farkındalık.

Pluto - Bilinç gelişimi, dönüşüm, spiritüel genişleme.

GEZGİN: Bir gelişim aşamasından diğerine, bir dersten diğerine, bir sınavdan diğerine geçmek. Daima, sizi en yüksek bilinç düzeyine ulaştıracak yanıtları aramak.

GEZİ: Deneyim, ders. Bir geziye çıkmak, benliğinizin yeni bir veçhesini keşfe çıkmak anlamına gelir. Durumlara, bağımlılıklara ve tutumlara bakış biçiminiz. Bir gezi ne iyi ne kötü olan bir öğrenim vasıtasıdır.

GEZİCİ RENÇBER: Beden, zihin, ruh yoksulluğu.

GEZİNTİ İSKELESİ (Pier): Duygusal güvenlik bölgesi. Dinlenmek, kendinizi toparlamak, duygusal çalkantının iniş çıkışlarından kaçınmak için orada bir süre kalabilirsiniz. Ayrıca, orada duygusal manzarayı (suları) gözden geçirip perspektif kazanabilirsiniz. Bkz. *Liman*.

GEZİ PROGRAMI: Spiritüel yolunuz boyunca yer alan birçok durak. Yetişkinlik çağına kadar programınız belirlenmiştir, o çağdan sonra yolunuzu seçebilecek özgür iradeye sahip olursunuz.

GİRDAP: Sizin dışınızdaki bir şey sizi döndürüp duruyor.

GİTAR: Uyum ya da uyumsuzluk yaratabilme yeteneği. Gitarınızı nasıl çalıyorsunuz? Onu akort etmeniz gerekiyor mu?

GİYOTİN: Kafanızın dışına çıkın, her şeyi muhakeme etmeye, mantığa göre açıklamaya, analiz etmeye çalışmayı bırakın. Kafasız insan da aynı anlama gelir. Sorunu çözmenize sezginiz yardımcı olabilir.

GİYSİ FABRİKASI: Yeni roller yaratmak için bir yer.

GİYSİLER: Oynadığınız roller veya oyunlar, sahip olduğunuz tutumlar. Bir kostüm rüyası bir geçmiş yaşam deneyimini ifade ediyor olabilir, onun sunulmasının nedeni şimdi öğrenmekte olduğunuz derslerin o hayatınızda karşılaştığınız aynı dersler olmasıdır.

GOBLEN: Hayatınızın tasarımı; bir yaşam kalıbı yaratmak için birlikte dokunmuş birçok deneyim. Siz ölene dek sadece goblenin arkasındaki düğümleri görürsünüz; ölümden sonra goblenin ön yüzündeki tasarıma bakar, onun güzelliğini ve simetrisini görürsünüz.

GORİL: Güçlü, ama tam farkında olmayan. Beyin değil, kas gücü.

GÖBEK: İçsel varlıkla bağlantı; ruhu bedene bağlayan ruhsal bağın ya da gümüş kordonun sembolü. Bkz. *Güneş Sinirağı*.

GÖBEK KORDONU: Bedeni ve özü (spirit) birbirine bağlayan gümüş kordonun sembolü. Ruhen beslenme; insan yaşam kuvvetinden, ilahî sevgiden ve şefkatten asla kopmaz. Kozmik bağlantı. Ayrıca, bu sembol bir kişiye ya da inanç sistemine bağımlılık anlamına da gelebilir.

GÖÇ ETMEK: Rahatsız edici etkilerden uzaklaşmak.

GÖÇEBE: Yeni olasılıkları çok arzu eden içinizdeki çöl-gezgini. Eğer durağansanız, gelişemezsiniz.

GÖÇMEN: Benliğin yabancı veçhesi.

GÖĞÜS: Kalp çakrası, içinizdeki Tanrı ya da sevgi merkezi. Duygusal olarak ve ruhen beslenme, rahatlık, koşulsuz sevgi.

GÖK GÜRLEMESİ: Bastırılmış duyguların, hislerin size hatırlatılması. İçinizdeki öfke, düşmanlıkla ilgili bir uyarı. Kundalininin ya da güçlü bir enerji boşalımının etkisi.
GÖKKUŞAĞI: Kusursuz denge ve uyum, tamamlanma, sağlık, bütünlük. Siz zor dersleri atlattınız ve iyi bir iş çıkardınız. Yüksek benliğiniz ya da rehberliğiniz bundan çok hoşnuttur.
GÖKYÜZÜ: Tek yol yukarı doğrudur. Sınırların olmaması. En yüksek hedefe doğru ilerleyin. Özgürlük, genişleme.
GÖL: Eğer su temiz ve sakinse, siz duygularınıza hâkimsiniz demektir; eğer bulanık ya da çırpıntılıysa, kendi içinizde merkezlenin ve duygusal yaşamınızı temizleyin. Bu sembol duygusal kaynakları ve duyarlılığı ifade eder; o okyanus kadar güçlü olmasa da, ondan daha yatıştırıcıdır. Bkz. *Gölet, Su Birikintisi, Okyanus, Su.*
GÖLET: Benliğinizin duygusal yansıması; o sakindir, değişim rüzgârları tarafından pek altüst edilmez, ama sınırları daha dardır. Bkz. *Göl, Su.*
GÖLGE: Sizi takip eden korku, illüzyon. Benliğinizin bilinmeyen yanı. Bu gölgeyle yüzleşin ve kendinizi anlamak, sunacağı içgörüyü almak için onunla dost olun.
GÖLGELİK: Bir ağacın gölgesinde olduğu gibi korunma, tazelenme. Eğer bu ışığı engelleyen bir gölgelikse, örneğin bir lamba abajuru ya da pencere storu ise bkz. *Perde.*
GÖMLEK: Bkz. *Giysiler.*
GÖMME DOLAP: Tutumların, fikirlerin ve anıların depolandığı bir yer. Belki de onların bir kısmını ayıklayıp atmanız gerekmektedir. Bu sembol ayrıca, kendinizi hayatın ana akışından ayırıp kapatmanız anlamına da gelebilir.
GÖREV: Bkz. *İş, Görev.*
GÖRÜNÜM: İçsel benliğin yansıması; kendinize ve başkalarına nasıl göründüğünüz, kendinizi nasıl gördüğünüz.
GÖZ: Şimdi durumları görüş biçiminiz. Tek göz spiritüel ben-

liği, Tanrı'nın gözünü, genişlemiş bilinci, berrak görüşü temsil eder. Gerçeği, gücü, durugörü yeteneğini temsil eder. Her iki gözün de açık olması net bir biçimde görmeniz, gözlerin kapalı olması ise hayatınızdaki durumlara ve derslere bakmak istememeniz anlamına gelir. Bkz. *Kör.*

GÖZDEN KAYBOLMAK (yavaş yavaş kaybolmak): Hayatınızdaki bir sahnenin sona ermesi. Bu, günbatımına doğru at sürme sahnesi gibidir. Yeni bir güne hazırlanmak.

GÖZKAPAĞI: Gözlerinizi açın. Çevrenize bakın ve dünyanızın bilincinde olun.

GÖZLÜK: Bir duruma yeniden bakın; siz daha iyi bir görüşe sahipsiniz ve daha net bir biçimde görebilirsiniz. Eğer bir başkasının gözlüğünü takıyorsanız, kendi içsel, netlik gözünüzle görmüyorsunuz demektir.

GÖZLÜK CAMI: Daha berrak bir biçimde görmemizi sağlar. Eğer kırılmışsa, algınız durumları yeni bir biçimde görecek şekilde değişmektedir. Eğer kaybolmuşsa, net bir biçimde görme yeteneğinizi yitirmişsiniz demektir.

GÖZÜPEKLİK: Onlar sonunda bir işe yaramasa bile, riskler almak hayatın bir parçasıdır. Denediğiniz için kutlarız.

GÖZYAŞLARI: Sevinç ya da üzüntü, duygu boşalımı. Duygusal arınma; üzüntünün, hayal kırıklığının, bastırılmış olumsuzluğun boşalıp gitmesi. Duygusal enerjileri dengelemenin sağlıklı biçimi. Sevginin, bir'liğin, içsel gerçeğin spiritüel uyanışı; farkındalık gözyaşları.

GRİ: Korku, güvensizlik; cansızlık. Nötrlük, tarafsızlık.

GRUP: Benliğinizin farklı veçhelerini birleştirmeniz.

GURU: Bkz. *Rehberlik.*

GÜBRE: Tekâmülünüzü hızlandırmak için daha fazla meditasyon yapma ya da ruhen beslenme ihtiyacı; gübrelenmiş bir tarla sizin içgörü için hazır olduğunuzu, yeni bir öğrenim ve gelişim dönemine hazırlanmış olduğunuzu ifade eder.

GÜÇ: Olumlu veya olumsuz biçimde kullanılabilecek içsel bir kuvvet. Kontrolden çıkmış bir ego ile ilişkili olabilir.

GÜÇSÜZ: Bkz. *Zayıf.*

GÜL: Sevgi, güzellik, masumiyet. Gül rengi sevgiyi ifade eder. Bkz. *Çiçek.*

GÜLÜMSEME: Varlığınızın enerjisini aydınlatmak. Başkaları için aydınlatıcı bir ışık, bir fener olmak.

GÜMÜŞ: Spiritüel koruma; ışık, gerçek.

GÜNAH ÇIKARTMA: İnsanın açılması, yükünü hafifletmesi, duygusal ve zihinsel olumsuzluktan arınması. Günahların Tanrı tarafından affolunması tekâmülü engelleyen tutumları ve davranışları fark etmeyi temsil eder. İnsanın tam olarak şimdiki zamanda yaşamasının anahtarı onun kendini bağışlamasıdır. Sizin kendinizi başkalarına ifade etmeye, endişelerinizi onlarla paylaşmaya ihtiyacınız vardır.

GÜNBATIMI: Hayatınızda bir şeyin sona ermesi.

GÜNDOĞUMU: Yeni başlangıçlar. Enerji geliyor.

GÜNEŞ: Mesih, içimizdeki Tanrı. Tanrı'nın ışığı, gerçeğin gözü. Güç, enerji, berraklık, bilgi. Hayatı meydana getiren, besleyen ve sürdüren. Varlığınızın ışığı. Bkz. *Gezegen.*

GÜNEŞ GÖZLÜĞÜ: Daha net bir biçimde görebilmek için algılayışınızı korumanız.

GÜNEŞ SİNİRAĞI: Bkz. *Mide.*

GÜNEY: Spiritüel farkındalık; yüksek farkındalığı günlük hayata katmak. Ayrıca, güneyli yaşam tarzının basmakalıp örneklerinde olduğu gibi, yavaşlık ve gevşek bir yaşam biçimi.

GÜNLÜK: Deneyimlerinizin günlük kaydı. Farkındalığınıza bağlı olarak, kaydedilen durumlar ve düşünceler tekâmül dersleri olarak kullanılabilir ya da önemsenmeyebilir. Ayrıca, kendi bilinçli algınızla hayatınızı nasıl gördüğünüz; sırlarınız, arzularınız. Bir rüya günlüğü, kendinizi özünüzün (spirit) ya da yüksek bilincinizin gözleriyle görmektir.

GÜREŞÇİ: Kendinizi kurtulamayabileceğiniz bir duygusal boyunduruğa sokmak.

GÜVENLİK: İçinizden kaynaklanan güvenlik. Ruhsal rehberliğinizin size daima göz kulak olduğunu bilmek.

GÜVERCİN: Haberci; size bir mesaj geliyor, bu mesaj daha sonra rüyada ya da uyanıkken de gelebilir. Uçuş ve özgürlük.

GÜZEL: Kendi güzelliğinizi görün ve bu görüşün sizi öz-saygısına ve öz-sevgisine ulaştırmasına izin verin.

GÜZEL KOKU: Spiritüel bilincin ve gelişimin özü.

GÜZELLİK SALONU: Öz-saygınızı yükseltin. Daha iyi bir öz-imaj yaratın.

H

HABER VERİCİ RÜYA: Henüz vuku bulmamış belli bir olayı rüyanızda görmek genellikle kendi gelişim ve tekâmülünüzü simgeler. Örneğin, bir ebeveyninizin öldüğünü görmeniz genellikle o ebeveyninizle ilişki kurmanızın eski yolunun ölmekte ya da değişmekte olduğunu gösterir. Bu yetişkinlik çağına erişmekte olan ergenler arasında yaygın bir rüyadır. Bir kehanet rüyası özel bir his verir ve insan deneyim yoluyla bu niteliği ya da farkındalık düzeyini tanımayı öğrenir. Eğer bir kuşkunuz varsa rüyayı hem sembolik olarak hem de gerçek olarak yorumlayın ve bir başka rüyada bu konuda daha iyi aydınlatılmanızı isteyin.

HABERCİ: Tanrı'nın habercisi; rehberlik, yüksek benlik. İçgörü alabilmek için bu mesaja kulak verin.

HACI: Benliğinin bilinmeyen yanlarını araştıran biri; yaşam öğrencisi. Spiritüel gerçeği aramak; onu kendi içinizde arayın.

HAÇ: Aslında insanın mistik sembolü olan haç kusursuz denge anlamına gelir. Başlangıçta haçın kesişme noktası tam ortadaydı, bu açık kalp çakrasını temsil ediyordu ve üç çakra bu noktanın üstünde, üç çakra da altında yer alıyordu.

HADIM: Cinsel kimlik karmaşası; cinsel hislerin bastırılması. Bkz. *Hadım Etmek.*

HADIM ETMEK: Olumsuz bir veçhenizin güçlü, erkeksi kimliğinizi elinizden alma girişimi.

HAFTA: Bir zaman birimi. Bkz. *Zaman, Sayı (7).*

HAHAM: Öğretmen, yüksek benlik. Bkz. *Vaiz.*

HAKİ RENGİ: Kamuflaj, saklanma. Bir şeyi net bir biçimde görememe. İllüzyonlar yaratma.

HÂKİM: Bkz. Yargıç.

HALA: Bkz. *Teyze.*

HALAT: Bkz. *İp.*

HALE: Bkz. *Aura.*

HALI: Köklenme, yalıtım, koruma. Zevk alabileceğiniz bir lüks. Ayrıca, ayaklarınızın altındaki halıyı çekmeyin; kendi içinizde merkezlenmiş ve olumlu bir halde kalın.

HALKA: Bağlantı, bütünün bir parçası. Siz yaşam zincirinde bir halkasınız. Bkz. *Zincir.*

HALTERCİ: Dünyanın ağırlığını omuzlarınızda hissetmeniz. Ya da kendinizi güçlendirmenizi hatırlatan bir rüya.

HALÜSİNASYON (Sanrı): Fantezi; değişmek zorunda kalma korkusuyla durumları gerçekte oldukları gibi görememek.

HAMİLE KALMAK: Yeni bir "siz" oluşuyor. Eğer gerçekten çocuk doğurmak istiyorsanız, bu içsel varlığınızdan gelen ve hamile kaldığınızı bildiren bir mesaj olabilir. Bkz. *Hamilelik.* Rüyanızda (Meryem Ana gibi) ışık ya da Tanrı gücü tarafından hamile bırakıldığınızı görmeniz spiritüel bilincin açılması, farkındalıkta yeni bir başlangıç ve spiritüel gelişim fırsatı anlamına gelir.

HAMİLELİĞİ ÖNLEYİCİ GEREÇ: Sağlığı korumak ya da kendinde yeni yönlerin ortaya çıkmasını engellemek için kullanılan önleyici. Bariyer; yaratıcı gücü kesmek. Olumlu ya da olumsuz etki rüyanın içeriğine ve verdiği hisse bağlıdır.

HAMİLELİK: Yeni bir şey meydana geliyor; yeni bir yönü, fikri, plânı ya da yüksek farkındalığı doğurmak üzeresiniz.

HAMSTER: Rüyanın içeriğine bağlı olarak, bu insanın hiçbir direkt hedefi olmadan kendi kendini kovalayıp durması anlamına gelebilir.

HANÇER: Bkz. *Bıçak*.

HAP: Siz yutulması zor bir hap yaratmış bulunuyorsunuz ve şimdi kendi ilacınızı ya da karma'nızı alma sürecindesiniz. Hap bir ilaç olarak şifa bulmayı temsil eder.

HAPİSHANE: Biz kendi yarattığımız hapishanede yaşarız. Eylemsizlikten kaynaklanan, kendi kendimize empoze ettiğimiz bariyerler. Bu bariyerlerden kurtulmanın anahtarı, yaratıcı düşünmektir; hedefinizi tanımlayın ve ilerleyin. Hayatınız için sorumluluk alın. Bkz. *Mahkûm* ve *Suçlu*.

HAPŞIRMAK: Bastırılmış duyguları salıvermek, boşalmak.

HARF: Bkz. *Alfabe*.

HARİTA: Yaşam plânı, takip etmeyi seçtiğiniz yol, size nerede bulunduğunuzu, nereye gitmeniz gerektiğini gösteren plân.

HASAT: Kendi üzerinizde yaptığınız çalışmanın tamamlanması. Ne ekerseniz onu biçersiniz. Bkz. *Bahçe*.

HASTA: Kendinizi iyileştirmeniz gerekiyor. Ayrıca, hasta olmak. En iyi çözümü yaratmak için kendinize zaman tanımalısınız.

HASTALIK: Uyumsuzluk; duyguların bastırılması ki iyileşebilmek için duygusal boşalım gereklidir. Fiziksel, zihinsel, duygusal ve/veya spiritüel yaşamda stres ve gerilim.

HASTANE: Şifa merkezi; duygusal, zihinsel ve fiziksel olarak canlanma.

HAVA DURUMU: Duygusal mizaç; hayatta iyi ya da kötü şans akışı. Elbette, bu akışı siz yaratıyorsunuz.

HAVA KİRLİLİĞİ: Düşüncelerinizi, sözlerinizi ve eylemlerinizi temizleyip arındırmanız gerekiyor.

HAVA KUVVETLERİ: Yaratıcı ve spiritüel uygulamanızda özdisipline sahip olmanız gerekiyor. Bkz *Silahlı Kuvvetler.*

HAVAALANI: Ruhsal uyanış için başlangıç noktası. Bkz. *Uçak.*

HAVAİ FİŞEKLER: Rüyanın içeriğine bağlı olarak, bu başardığınız bir iş için kutlama zamanının geldiğini veya enerjinizi dağıttığınızı ve yanlış yönlendirdiğinizi ifade ediyor olabilir.

HAVARİ: Yüksek benlik ya da öğretmen; ışığın ve gerçeğin takipçisi. Rehberlik ve içgörü kaynağı; hızlı öğrenme ve sorunları çözme. Bu rüyaya dikkat edin.

HAVAYA YÜKSELME: Durumun üzerine yükselmeniz. Daha hafif bir perspektif. Hafiflediğinizde ulaştığınız çabasız bir farkındalık ve algı.

HAVLU: Bir arınma, temizlenme döneminden sonra sıcaklık ve korunma. Güvenlik.

HAVUÇ: Yem, çekicilik, tuzak. Bkz. *Yiyecek.*

HAVUZ: Ayna. Eğer bu bir yüzme havuzuysa, size dinlenmeniz, gevşemeniz, sağlıklı egzersiz yapmanız önerilmektedir. Bkz. *Gölet.*

HAYALET: Anlamadığınız bir yanınız. Eğer fiziksel olarak ölmüş birisi rüyanızda bir hayalet olarak belirirse, bu onun sizinle net bir biçimde iletişim kuramadığı ya da bu kişiyle ilgili bazı hislerinizin henüz somutlaşmadığı anlamına gelebilir. Tüm varlıklar, ister bedenin içinde ister bedenden ayrılmış olsunlar, tanrısal öz'dürler (spirit), ama bir hayalet genellikle belirsizliği ya da bulanık algıyı ifade eder.

HAYALET KASABA: Eskiden var olan, ama artık var olmayan. Böyle bir yerde (geçmişte) yaşamadığınızdan emin olun.

HAYDUT: İçinizdeki haydut sizi soyuyor. Eğer enerjiniz düşükse bu daha kolay yapılır. Endişe ve korku bu haydudun en iyi yoldaşlarıdır.

HAYVAN: Benliğin doğaya ve hayatta kalma mücadelesine uyumlanmış içgüdüsel yanı ki o ikinci ve üçüncü çakralarla iliş-

kilidir. Ayrıca, belli bir hayvanın sizin için temsil ettiği -hız, kurnazlık, güç ve bilgelik gibi- özellikler. Bkz. bireysel hayvanlar.

HAYVAN ÇİFTLİĞİ: Bkz. *Doğa* ve *Ev*.

HAYVAN GÜBRESİ: Geçmişten iyi bir biçimde yararlanma, verimli bir gelişme.

HAYVAN SÜRÜSÜ: Benliğin birçok yanı. Eğer bu sürü başıboş bir halde yıkıp geçerek koşturuyorsa, enerjiniz dağılmış demektir; eğer bu sürü sakin bir biçimde hareket ediyorsa, enerjiniz merkezlenmiş demektir. Bu rüya ayrıca bir başkasını körlemesine takip etmeyi, kendi kararlarınızı vermemeyi de ifade eder.

HAYVANAT BAHÇESİ: Kendi içinizdeki kısıtlanmış hayvani içgüdüleri ifade etmenin değişik yolları. Hayatı fiziksel, zihinsel, duygusal ve spiritüel enerjilerin birçok türünün yer aldığı bir hayvanat bahçesi olarak görmek. Kendinize gülmeyi ve kendini-ifadenin birçok şekline karşı anlayışlı ve şefkatli olmayı unutmayın. Ayrıca, mevcut durumunuz bir hayvanat bahçesi gibidir; gevşeyin ve keyfini çıkarın.

HAZIMSIZLIK: Fikirleri, inançları, durumları veya hayatınızda olup biten bir şeyi hazmedememe. Gevşeyin ve aşırı yükün ne olduğunu değerlendirin. Ayrıca bkz. *Mide Bulantısı*.

HAZİNE: İçinizdeki beceriler, yetenekler ve yaratıcı güç hazinesi. Tanrısal özünüzün (spirit) henüz ortaya çıkmamış olan armağanları. İçsel altın, ışık ya da Tanrı-gücü.

HEDİYE: İnisiyasyon biçimi; başardığınız bir işten dolayı kutlanmanız.

HELİKOPTER: Spiritüel tekâmül. Bkz. *Uçak*.

HEMŞİRE: Şifa verme yeteneği, bakım ve beslenme ihtiyacı. Hemşirenin erkek mi kadın mı olduğuna bağlı olarak, bu rüya kendi erkeksi ya da kadınsı niteliklerinizi beslemeniz gerektiğini ifade ediyor olabilir.

HENDEK: Bir sapma; hendeğin genişliğine, yerine bağlı olu

rak, onu aşmak için yaratıcı düşünmeniz gereklidir. Eğer bir hendekte yürüyorsanız, kişisel gelişiminizi engelleyen eski realitelere, rutinlere, alışkanlıklara hapsolmuşsunuz demektir.

HESAP: Bkz. *Fatura.*

HESAP MAKİNESİ: Kendi kendini değerlendirme; bir şeyleri toplama. Rüyanın içeriğine bağlı olarak sert, yargılayıcı bir benliği işaret ediyor olabilir. Enerji akışını dengeleme ihtiyacı. Ayrıca, bir durumu anlamak.

HETOROSEKSÜEL: Ya erkeksi girişken tarafa ya da kadınsı yaratıcı tarafa aşırı derecede meyilli olmak.

HEYELAN: Bkz. *Toprak Kayması.*

HEYKEL: Şeklen güzel, ama öz (spirit) olarak ölü. Donmuş, cansız. Dev bir heykel büyük, kudretli benliği temsil eder. O çok güçlüdür, ama bu güç sorumlulukla ve olumlu hedeflere ulaşmak için kullanılmalıdır.

HIRDAVAT: Hayatınızı inşa etmek için gerekli gereçler; inşa etme, onarma, düzeltme yeteneği. Hayatın işleyen unsurları; her şeyi bir arada tutan zamk. Bilgi gereçleri.

HIRSIZ: Bir şey sizin enerjinizi çalıyor, yaşam kuvvetinizi boşa harcıyor; bu genellikle, sizden zamanınızı ve düşüncenizi talep edenlere "hayır" diyememenizden kaynaklanır. Olumsuzluk, korku, endişe, suçluluk duygusu ve direnç ise içsel hırsızlarınızın örnekleridir.

HIZ KESİCİ TÜMSEK: Dikkatli olun, aşırı endişeli bir biçimde çok hızlı gidiyorsunuz. Acele etmeyin.

HIZLI: Eğer çok hızlı hareket ediyor ya da bir taşıtla çok hızlı gidiyorsanız, hayatınız doludur ve birçok şeyi kapsamaktadır; sizin öğreneceğiniz çok şey vardır. Ayrıca, bu rüya yavaşlamanız ve enerjilerinizi dengelemeniz konusunda sizi uyarıyor da olabilir.

HIZÖLÇER (Kilometre Saati): İlerleyiş hızınız: Çok hızlı mı, yoksa çok yavaş mı gidiyorsunuz? Kadrandaki sayılara ba-

kın. Bkz. *Sayı.*

HİLEKÂR: Kendinden çalan ve kendini zayıf düşüren birisi. Bkz. *Suçlu.*

HİLELER, NUMARALAR: Bu mizahi yorumla hafifleme ve neşelenme işareti olarak anlaşılabilir; ya da kendinize karşı numaralar yapıyorsunuz anlamına gelebilir.

HİNDİ: Genellikle aptalca tutumları, işleri yapmanın akılsızca yollarını temsil eder. Bir şeye kapılmayı, muhakemeyi kullanmamayı ifade eder. Ayrıca, Şükran Günü'nde olduğu gibi, hindi ziyafeti, kutlamayı, şükretmeyi de simgeler.

HİPNOZ: Genellikle, kendinizle ilgili sınırlayıcı inançların etkisi altında olmayı ifade eder. Siz sınırlı bir varlık olduğunuza inanacak şekilde hipnotize olmuşsunuz. Ya da kendi inançlarınız yerine bir başkasının inançlarını benimsemişsiniz. Bu rüya ayrıca, gevşeme, meditasyon, genişlemiş farkındalık anlamına da gelir.

HİS: Bir rüyanın verdiği duygu, rüyadaki his niteliği önemlidir. Kendinizi korkmuş, yorgun, karmaşa içinde mi, yoksa güçlü, mutlu, destekleniyor mu, vb. hissettiğinize dikkat edin. Rüyanın verdiği his neyin üzerinde çalıştığınızı anlamanıza yardımcı olur.

HİSSE SENETLERİ, TAHVİLLER: Kişisel gelişiminize yaptığınız yatırımlar. Güvenlik kendi içinizde yatar.

HİZMETÇİ KADIN: Kendinizi duygusal olarak daha fazla besleyin, kendinize ve çevrenize iyi bakın. Eğer başkalarının sizin gereksinimlerinizi karşılamalarına çok bağımlıysanız, kendinize dönün ve kendi gereksinimlerinizi gözetin. Kimseye bağımlı olmayın. Ayrıca, bu rüya kişisel tutumlarınız ve günlük çalışmanızla ilgili genel bir temizliğe ihtiyacınız olduğu anlamına gelebilir.

HOBİ: Yaratıcı terapi, kendi kendine oynama; yeniden enerjiyle dolma ve yeniden kendi içinde merkezlenme.

HOMOSEKSÜEL: Benliğin erkeksi yanı; kendi içinizdeki erkeksi niteliklerin birleşmesi. Eğer rüyanızda belli bir bireyle seviştiğinizi görmüşseniz, bu kendi içinizde diğer kişinin nitelikleriyle birleşmeniz anlamına gelebilir. Bu rüya ayrıca kendi cinselliğinize karşı tutumunuzu da gösteriyor olabilir. Bkz. *Cinsel İlişki.*

HOROZ: Eğer horoz ötüyorsa, bu bir uyarı ya da işarettir. Ego; saldırganlık, erkeksi doğa.

HORTUM: Eğer hortumdan su akıyorsa, duygusal olarak temizlenme, beslenme, merkezlenme anlamına gelir. Enerjinin bilinçli olarak yönlendirilmesi. Ayrıca bkz. *Yılan.*

HURDALAR: Sizin için artık gerekli olmayan eski şeyler ve fikirler.

HÜKÜMET: Tüm varlığımızın hayrı için birlikte çalışmamız.

I

ILIK: Rüyanın içeriğine bağlı olarak, güvenlik, rahatlık, sevgi. Duygusal ısının dengelenmesi, ne çok sıcak ne çok soğuk olması.

ISIRMAK: Dişinizi önünüzdeki soruna ya da derse geçirin. Bkz. *Çiğnemek.*

ISITICI: Sıcaklığa, sevgiye, duygusal olarak beslenmeye ihtiyacınız var. Kendinizi rahatlatmaya ve sevmeye ihtiyacınız var. Bu rüya duygularınızı kapatmış olduğunuz anlamına gelebilir. Duygularınızı çözün, açın ve sevin.

ISLIK: Dikkat!

ISTAKOZ: Kendinizi kavrayıp sıkı tutun.

IŞIK: Tanrı'nın bilgeliği; güç, enerji, görüp anlama yeteneği. İçinizdeki Mesih ışığı. Koruyucu, enerji verici.

IŞIK YAYMAK: Sizi kuşatan ve enerjiyle beslendiğinde parlak beyaz ışık yayan aura. Ne kadar çok enerji yayarsanız, auranız o kadar parlak olur.

İ

İBLİS: Bkz. *Şeytan.*

İÇ BAHÇE: Gelişim, tekâmül, benliğin ifadesi. İç bahçenin düzgün, temiz, çiçekli mi, yoksa bakımsız ve yabani otlarla kaplı mı olduğuna dikkat edin.

İÇ ÇAMAŞIRI: Benliğin örtülmesi ya da korunması. Gerçek benliğinizden hâlâ saklanan bir yanınız.

İÇE DÖNÜKLÜK: Anlamsız grup faaliyetinden daha çok, tek başına nitelikli uğraşlarla ilgilenmek. Yanıtları içinize dönerek ve dikkatli bir iç gözlemle bulmak.

İÇİNE ÇEKMEK (Massetmek): Ayrı unsurları karıştırıp birleştirmek; daha güçlü bir kuvvetin ya da benliğin bir veçhesinin daha az gelişmiş bir veçhenin yönetimini ele alması. Ayrıca, özgür iradenizi bırakıp, bir tarikata, gruba ya da kendi yaşam yolunuzdan başka bir şeye katılmanız.

İÇKİ: Bkz. *Alkol.*

İDAM: Bkz. *Ölüm.*

İĞNE: Dikiş dikerken olduğu gibi bir şeyleri bir araya getirmek, yaratmak. Samanlıkta iğne aramak gibi, bulunması zor olan bir şey. Ayrıca bkz. *Enjeksiyon.*

İĞNE YASTIĞI: Birisi size iğneler saplıyor; batıcı sözlere, zararlı düşüncelere ve tutumlara maruz kalıyorsunuz, kullanılmanıza izin veriyorsunuz. Ya da siz keskin sözler, olumsuz bir düşünüşle bir başkası için kötülük diliyorsunuz ki bu sadece size zarar verir. Kendinizi düzeltmeniz gerekmektedir. Bkz. *Dikiş Dikmek.*

İKİZLER: İnşallah dengeli olacak olan yeni başlangıçlar.

İKON (dinî resim): Yücelttiğiniz bir yanınıza saygı göstermeniz.

İKRAMİYE: Bir ikramiye kazanmanız sizin bir durumu iyi yönetmiş ya da zor bir dersi öğrenmiş olduğunuz anlamına gelir; daha yüksek düzeylerden gelen takdir.

İKTİDARSIZLIK: Kendi değerinizi görmenizi engelleyen korku ve güvensizlik. Cinsel iktidarsızlık bastırmadan, kendi gücünden korkmaktan, savunmasız olmaktan kaynaklanabilir ya da düşük enerjiye ve dengesizliğe neden olan gerçek fiziksel bir rahatsızlığı yansıtıyor olabilir. Kendinizi o kadar ciddiye almayın ve daha fazla oyun oynayın. Bkz. *Frijit.*

İLAÇ: İyileşme, canlanma; bedeni, zihni ve özü (spirit) dengeleme, Ayrıca, kendi ilacınızın bir bölümünü, karma'nızı alma. Düşünüşünüzü düzeltin.

İLAHİ: Sözlü dua. Ruhsal rehberliğinizle iletişim kurmak.

İLAHİ SÖYLEMEK: Uyum; verilen ve alınan her şeyi takdir etmek.

İLÂN PANOSU: Dikkat edin. Yüksek benliğiniz ya da ruhsal rehberliğiniz size bir mesaj göndermektedir.

İLK YARDIM: Kendinizi iyileştirin. Bunu yapmak için spiritüel ilk yardım çantanızda her şey vardır.

İLKÖĞRETİM OKULU: Tam bilince ulaşmak üzere ilerlemek.

İLMİK: Hiç iletişim kuramamak. Beşinci çakranızda, yani kendini-ifade merkezinizde ne olduğuna dikkat edin. Eğer duygularınızı bastırıyorsanız, kendinize bir iyilik yapın ve huzura kavuşmak için kendinizi açıkça ifade edin.

İLTİHAP: Bkz. *Enfeksiyon.*

İMZA: Bireysellik, kendini ifade. Kendini tanımlamak. *Alfabe* ve *Sayı* maddelerine başvurarak isme bakın.

İNANÇ: Ruhsal rehberliğinizin size büyük bir saygı duyduğunu bilin. Şimdi kendinize ve evrene inanç duyarak o desteğe uygun davranmalısınız.

İNCE: Dayanıksız, kuvvetten ve dayanma gücünden yoksun. Ayrıca, çevik, kıvrak, ruhen muktedir anlamına da gelir.

İNCELEME: Spiritüel değerinizi görmek için kendi içinize bakmak. Ayrıca, siz spiritüel bir sınava hazırlanmak için çalışıyorsunuz.

İNCİ: Kendi içinizde oluşmuş olan güzellik; güzel, değerli, güçlü. Bkz. *Mücevher.*

İNCİNME: Duygusal incinme size açıklanan bir gerçeği o sırada kabullenemediğinizi, paramparça olmuş illüzyonları temsil eder. Siz daima kendinizden sorumlusunuz; başka hiç kimse sizi incitemez. Fiziksel incinme ise sınırlılık anlamına gelir; eğer bir yeriniz kanamışsa bu enerji kaybı demektir. Bkz. *Acı.*

İNCİR YAPRAĞI: Erkeksi girişken veya kadınsı yaratıcı kimliklerinizi gizlemek.

İNEK: Genellikle kutsal bir sembol olarak kullanılan inek bakıp beslemeyi, sevgiyle beslemeyi temsil eder. Annelik.

İNEK (zeki, ama anti-sosyal kişi): Belki çok fazla kafanızda yaşıyorsunuz. Aşırı sol-beyin düşünüşü.

İNİSİYASYON: Siz dağın tepesindeki düzlüğe erişmiş, mezun olmuş bulunuyorsunuz. Yeni bir farkındalık düzeyine uyanmış bulunuyorsunuz.

İNSAN: Ezeli ve ebedi ruhu barındıran şimdiki vasıta.

İNSANLAR: Benliğinizin birçok farklı veçhesi.

İNŞA ETMEK, BİNA: İnşa etmek yeni bir şey yaratmaktır, hayatınızın bir yanını genişletmek ya da zenginleştirmektir. Büyük bir bina muazzam bir enerji kaynağıdır; bu sembol sizin büyük fırsatlara, muazzam potansiyele ve gerçekleştireceğiniz büyük bir kadere sahip olduğunuzu ifade eder.

İNŞAAT: Siz kimliğinizi yeniden inşa etme sürecindesiniz.

İNTİHAR ETMEK: Benliğin veçhelerini, yaratıcı özü (spirit) öldürmek. Vazgeçmek, pes etmek, bir sorunu çözmeye çalışmamak. Kendi kendini yıkıma uğratmak. Enerjinizi toparlayın ve olumsuz programlarınızı durdurun. Uyarı.

İNZİVAYA ÇEKİLMEK: Düşük enerji, ruhen beslenmeye ihtiyacınız var. Bir durumdan kaçıp inzivaya çekildiğinizde, onunla başa çıkacak enerjiniz yok demektir ve yeniden enerjiyle dolmanız gerekir. Spiritüel bir inziva köşesinde ya da huzur veri-

ci bir ortamda bulunmak ise içinize dönüp yenilenmek, anlayış kazanmak ve şifa bulmak için içsel kaynaklarınızı kullanmayı ifade eder.

İP, HALAT: Kundalini gücü ya da yaşam kuvveti. İpin telleri birbirine sarılı olan ve insanın meditasyon yaptığı her defasında güçlenen fiziksel, zihinsel ve spiritüel varlığı temsil eder. Eğer bir iple bağlı olduğunuzu görürseniz, kendi kendinizi sınırlıyor ve etrafınıza bir duvar çekiyorsunuz demektir. Yaşam enerjinizi tekrar yaratıcı düşünmeye ve kendinizi olumlu bir biçimde ifade etmeye yönlendirerek kendinizi özgürleştirin.

İPE DİZİLİ BONCUKLAR: İçsel odaklanma ihtiyacı. Bkz. *Sanat.*

İPEK: Zenginlik, servet; enerji iletkeni, duyuları ve sinirleri yatıştırıp sakinleştiren. Duyusallık; yumuşaklık, akabilme yeteneği. Bu rüya hayatınızın yumuşak bir biçimde akmakta olduğunu gösterir.

İPLİK: Yaşam goblenine dokunmuş deneyimler; fikirler; bir gerçek ipliği. Bkz. *Dikiş Dikmek* ve *Dokumak*.

İPOTEK: Bir başkasına olan borcunuz; deneyimlerinizde enerjiyi nasıl harcadığınız, başkalarının içgörü ve zamanlarını nasıl ödünç aldığınız. Bkz. *Banka.*

İSHAL: Olumsuz düşüncelerin ya da korkuların kontrol edilemez, gayri-doğal bir biçimde boşalması. Bırakmayı istemediğiniz, ama artık bırakmak zorunda kaldığınız kalıntıların dışarı çıkışı.

İSİM: Eğer rüyanızda kendi isminizi işitir ya da görürseniz, bu dikkat edin demektir. Eğer bir başkasının ismini duyarsanız, bu o kişiyle ilişkilendirdiğiniz ve kendi içinizde oluşturmanız gereken nitelikleri temsil eder. *Alfabe* ve *Sayı* maddelerine bakarak bu ismin numerolojik anlamını bulun.

İSKAMBİL KÂĞITLARI: Hayatı bir oyun, bir kumar olarak görmek. Tekâmül etmek yerine, kazanmaya ve kaybetmeye

odaklanmak; yaratmak yerine rekabet etmek. Eğer bir falcı iskambil falınıza bakıyorsa, bu sizin psişik uyumlanışınızı yansıtır; ya da kaderinizi içsel kaynaklardan değil, dışarıdan aradığınızı gösterir. Sizin içinizden doğru yarattığınızı hatırlayın.

İSKELET: Boşluk; spiritüel ölülük. Bu gerçek fiziksel ölüm anlamına gelmez, ama hislerinizle, duygularınızla temasta olmadığınız anlamına gelir. Doyumsuzluk. Biz spiritüel benliğimizle teması yitirdiğimizde, geriye kalan her şey bir illüzyondur. İşlevsiz bir form. Tanrısal özden (spirit) yoksun bir beden.

İSTASYON: Yaşam yolculuğunda bir durak ve büyük olasılıkla bir geçiş noktası. Burada siz gideceğiniz yönü değiştirebilir ya da yeni bir yolculuğa başlayabilirsiniz. Berraklığa kavuşmak, hedeflerini belirlemek için bir dinlenme yeri.

İSTİLA: Mahremiyetten yoksunluk. Kendinize ait özel bir alana ihtiyacınız var. Ya da olumsuz düşüncelerin iç huzurunuzu istila etmesine izin vermeniz.

İSTİRİDYE: Kapanmak; kendi içinizdeki güzelliği (inciyi) saklamak. Bkz. *Deniztarağı*.

İSYANCI: Sezginize güvenerek, sizin için doğru olmayan bir şeye karşı çıkmak. Savaşlarınızı seçmek.

İŞ, GÖREV: Şimdi ne yapmanız gerektiği; gelişime ve öğrenime doğru bir atlama taşı. Elinizdeki, belli anlayış gereçlerini geliştirmeye yönelik bir görev. İşinizi ya da görevinizi nasıl gördüğünüz, bir angarya ya da bir meydan okuma olarak mı, zor mu yoksa doyum verici olarak mı gördüğünüz; hayattaki mevcut işinizle ya da tutumunuzla ilgili algınız. Kendinize karşı sadık olmalısınız; kendini-bilmek, sizin için en doyum verici işi yapmak ya da kendinizi mümkün olan en yaratıcı biçimde ifade etmektir.

İŞ, TİCARET: Tüm veçheleriniz, başarmayı seçtiğiniz sonuçları gerçekleştirmek için birlikte çalışıyorlar.

İŞADAMI: Benliğin organize eden yanı.

İŞARET, İŞARET LEVHASI: Sinyal, mesaj. Dikkat edin.

İŞEMEK: Duygusal gerilimi boşaltmak. Arınmak.

İŞSİZ: Zayıf öz-imajınız ya da tembelliğiniz yüzünden becerilerinizi ve yeteneklerinizi kullanmamanız. Öz-disiplinden yoksunluk. Yaratıcı gücünüzle teması yitirmiş olmanız. Düşük enerji. Meditasyon yapın, enerjinizi yükseltin; hayat amacınızla temasa geçin.

İŞTAHSIZLIK (Anoreksi): Kendini spiritüel, duygusal ya da fiziksel besinden yoksun bırakmak. Kendini sevmemek ve kabullenmemek. İdealleştirilmiş, ancak boş ve anlamsız olan bir ego-benliğe erişmeye uğraşmak. Kendini cezalandırmak.

İTFAİYECİ: Rehberlik, yüksek benlik. Benliğinizin olumsuz inançları ve tutumları ortadan kaldırabilen yanı.

İZLEMEK: Eğer bir durumu izliyor ya da gözlemliyorsanız, siz o durumlara katıldığınızı hayal ederek derslerinizi öğreniyor, onların özünü kendi hayatınıza katıyorsunuz demektir.

İZNE ÇIKMAK: Tüm derslere ve sınavlara bir ara vermek. Ara sıra bir mola isteyebileceğinizi biliyor muydunuz? Sadece isteyin.

J

JAKUZİ: Duygulara gömülmek, ama bu en azından eğlenceli ve canlandırıcı bir durumdur.

JENERATÖR: Bir insanın bir plânı uygulamaya koymasına neden olan güdüler; yüksek benliğin iradenizi harekete geçiren enerjisi; gelişme dürtüsü.

JET: Spiritüel hayatınızda artan bir hızla uçmanızı sağlayan büyük hareket.

JİLET: Bkz. *Ustura*.

JİMNASTİK: Daha sağlıklı bir hayat için kendinizi geliştirmek.

JİNEKOLOG: Bu rüya, bir jinekologa gitmenizi söyleyen bir işaret olabilir.

JOGİNG YAPMAK (Yavaş Koşmak): Egzersiz; fiziksel/zihinsel bütünleşme. Ayrıca, kendine, ilişkilerine, sorumluluklarına bakmaktan kaçmak, değişimler yapmak için ciddi eylemlerde bulunmamak.

JOKEY: Sıkı tutunun. Bu çoğu zaman tehlikeli bir gidiş olabilir.

JONGLÖR: Aynı anda birçok şey yapmaya çalışmak, enerjinizi dağıtmak; süper ebeveyn, süper işveren, süper eş, vb. rolünü oynamak. Enerjinizi bir şey üzerinde yoğunlaştırın, çünkü bu durumda hiçbir şeyi iyi yapamıyorsunuz.

JÜRİ: Değerlendirici, eleştirici benlik. Adaletli ve berrak görüşlü olmanız gerekmektedir. Belki kendinize karşı çok katı ve haksızca davranıyorsunuz. Anahtar, nerede hata yaptığınızı nerede doğru davrandığınızı kabul ve tasdik etmenizdir. Bkz. *Yargıç*.

K

KABAKULAK: Kendini sözlü olarak ifade edememek; boğaz çakrasında bir tıkanıklık, bastırma. Hayal kırıklıklarının, acıların, duyguların birikmesi. Bkz. *Hastalık*.

KABARCIK: Duyguların, zehirli düşüncelerin ve hislerin patlaması. Eğer o hâlâ kabarcık şeklindeyse, iyileşmek için uyumsuzluktan kurtulmanız gerekir. Bkz. *Çıban*.

KABIZLIK: Duyguları bastırma; dengeli ve sağlıklı işlev için artık gerekli olmayan fikirleri, tutumları ve deneyimleri sıkıca tutma.

KABLO: Başkalarıyla ve kendinizle iletişim. Açıklığınızın düzeyini ve derecesini temsil eder. Mesajlar göndermek ve almak; güçlü bir bağlantı. Metal tel olarak da kuvveti ve dayanıklılığı ifade eder. Bkz. *Tel*.

KABUK: Hislerinizi içinizde tutmanız, kabuğunuza çekilmeniz, duygusal olarak kapanmanız. Faaliyetsizlikten ötürü gelişim de

olmaz. Eğer bu açık bir kabuksa, duygusal beslenme anlamına gelir. Ayrıca, örtü, korunma.

KABUKLU YEMİŞLER: Yeni tohum, gelişme potansiyeli; kendi payınıza düşen ödülleri almaya hazırlanma ve bunun için çalışma zamanı.

KÂBUS: Her kâbus bir öğreti rüyasıdır, ruhsal rehberliğiniz sizin dikkatinizi çekmeye çalışmaktadır. Semboller çözüldüğünde, hiçbir şey korkutucu değildir; bu sadece sizin onları hatırlamanızı sağlamanın bir yoludur. Rüyanızda bir kâbus görmeniz, dikkat etmenizi ve bir içgörü edinmenizi söyleyen çifte bir mesajdır. Bkz. *Canavar*.

KAÇIRMAK (birini): Kendinizden çalmak. Eğer bir çocuk kaçırılmışsa, siz çocuksu doğanızı kendinizden alıp götürmeye çalışıyorsunuz demektir. Bütünlüğünüzü nasıl baltaladığınızı inceleyin.

KAÇMAK: Kendinizden kaçmanız. Eğer saplanıp kalmışsanız, kımıldayamıyorsanız, söz konusu durum ya da sorun üzerinde çalışmaktan artık kaçınamazsınız. Ağır-çekim koşmak, yakında korkunuzla yüzleşmek zorunda kalacaksınız demektir. Korktuğunuz şeyle yüzleşmeyi hatırlayın ve o kaybolup gidecektir.

KADEH: Benliğin spiritüel kalbi. Eğer kadeh dolup taşıyorsa siz ilahî sevgiye uyumlanmışsınız demektir; eğer kadeh boşsa, kendinizi içinizdeki sevgi enerjisinden, yaşam kuvvetinden ayırmışsınız demektir.

KADIN: Bkz. *Dişi*.

KADINLAR MANASTIRI: Spiritüel toparlanma ya da inziva. Kendi içinize yönelme, dişi benliğinizi keşfetme ve yeni derslere girişmeden önce deneyimleri bütünleştirme ihtiyacı. Kendinden, gelişmekten, dünyanın çağrısından kaçıp gizlenmek. Birçok ve çeşitli yaşam deneyiminden gelen anlayış olmadan spiritüel yanını keşfetme çabası. Kendini aktif bütünleştirici spiritüel gelişime kapatmak. Bkz. *Manastır*.

KADİM (Eski Zamandan Kalma): Zamanın testine dayanan gerçekler. Benliğin birçok enkarnasyon ve ders sonucunda tekâmül eden ebedi parçası. Eski bir şey bilgeliği, muktedirliği gösterdiği gibi, benliğin artık gereksiz olan yanlarını da gösteriyor olabilir.

KAFA: Çok fazla muhakeme ediyor, aklî olarak analiz ediyorsunuz. Mizahi olarak kullanıldığında, kafanızın dışına çıkın anlamına gelir. Bkz. *Yüz, Beden*.

KAFA DERİSİ: Mizahi olarak kullanıldığında, kafanızın dışına çıkmak anlamına gelir. Kafa derisini ovuşturmak sinir merkezlerini gelişim yönünde uyarır ve bu süreçte gevşememizi sağlar.

KAFES: Kendi yarattığınız hapishane; kendi sınırlamalarınız tarafından kapana kısılma korkusu. Kendini ifade etmekten korkmak. Kafesin kapısı asla kilitli değildir; siz o kapıdan geçip özgürlüğe, öz-farkındalığınıza kavuşabilirsiniz.

KAFETERYA: Bkz. *Lokanta*.

KÂĞIT: Kendini-ifade, yazma aracı; eğer kâğıtlar yayılıp saçılmış haldeyse, bu rüya kendinizi düzene sokmanızı ima eder.

KÂĞIT MENDİL: Kendi davranışınızı arındırın. Bırakmanız, salıvermeniz, karşı karşıya bulunduğunuz sorunları halletmeniz gerekiyor.

KAHKAHA: İyileşme, enerjiyi yükseltme. Kendinizi aşırı ciddiye almayın; gevşeyin ve kendinizden ve diğer varlıklardan keyif alın.

KAHRAMAN: Ünlü bir kahraman ya da ulusal bir kahraman rehberliği ya da yüksek benliği temsil eder. Bunun dışında, sizin çok iyi bir şey yapmış olduğunuz anlamına gelebilir.

KAHVE: Gevşemek, uyarılmak, yatıştırılmak; bu, kahvenin sizin için neyi temsil ettiğine bağlıdır.

KAHVERENGİ: Fiziksellik; köklenme. Tekrar fiziksel yanınızla temas kurun; zihinsel ve spiritüel yanınıza çok fazla ağırlık

verip dengenizi yitirmişsiniz.

KAİDE: Onur, itibar. Ayrıca, gücünüzü bir şeye ya da birisine teslim etmeniz, onları bir kaidenin üzerine yerleştirmeniz. Ya da egonuzla, kendinizi herkes için feda ettiğinize inanarak kendinizi bir kaidenin üzerine yerleştirmeniz. Hepimiz eşit varlıklarız.

KAKTÜS: Uyarı; bakın ama dokunmayın. Görünürdeki güzelliğin acı verici geri tepmeleri olabilir. Benliğinizin fazla özen ya da besleme olmadan gelişmiş olumsuz yanı ki o farkındalıktan yoksun olduğu için sizi ya da diğerlerini incitebilir. Dikenli bir sorun. Dedikodu, kendinize ya da başkalarına sapladığınız iğneli sözler.

KALABALIK: Hepsi bir arada olan birçok benliğiniz. Bu kalabalığın gürültücü mü, sakin mi, amaçlı mı, vb. olması farklı yanlarınızın ne kadar iyi bütünleştiğini gösterir.

KALE: Yapıcı anlamda, korunduğunuz ve iyileştiğiniz bir yer; yıkıcı anlamda, insanlardan saklandığınız ve onlarla aranıza duvar çektiğiniz bir yer. Siz o kaleye girme ya da oradan çıkma seçeneğine sahipsiniz.

KALE HENDEĞİ: Başkalarına karşı duygusal engel, savunma.

KALE KAPISI: Yeni fırsat, olanak. Eğer kale kapısını açıyorsanız, ilerlemeye hazırsınız demektir. Eğer kapı kilitliyse, henüz hazır değilsiniz demektir; yeni başlangıçlara doğru ilerleyebilmek için kendi içinizde yeni gereçler tezahür ettirin. Kendi kendinize "Anahtar nedir?" diye sorun.

KALEM: Bir yazma aleti olarak kendinizi ifade etme ve iletişim kurma yeteneği.

KALIP: Kısıtlayıcı inanç sistemi; durumlarla tipik bir şekilde başa çıkarken kendimizi yönetme biçimlerimiz. Değiştirilmesi ve aşılması gereken bir şey.

KALKAN: Korunma. Her zaman olumsuzluğu defetmek, merkezinizde ve dengede kalabilmek için sevginin beyaz ışık kalka-

nını kullanabilirsiniz. Savunma mekanizmaları gibi diğer kalkanlar sadece geçici önlemlerdir.

KALP: Tanrı kuvveti, içinizdeki Mesih; sevgi, duygular, hisler. Eğer rüyanızda göğsünüz açılıp kalbiniz dışarı çıkarılmışsa, bu kalbinizi, duygularınızı, sevginizi açmanız, kalpten davranmanız gerektiği anlamına gelir. Eğer kalbinizden bıçaklanmışsanız, başkalarıyla empatize olduğunuz, onların dramalarına yakalandığınız için enerji yitiriyor, duygusal olarak tüketiliyorsunuz demektir. Kendinizin ya da bir başkasının acısı içinde kalmak yerine, daima, "Burada tekâmül için olumlu ders nedir?" diye sorun. O derse ya da o duruma nasıl yol açtığınızı görün.

KAMARA: Gevşemeye ve dinlenmeye ihtiyacınız var.

KAMELOT: Kendi mistik ortamınız. Kendi huzur, güzellik ve mükemmellik kaleniz.

KAMIŞ (sıvı içmek için): Duyguları yönetmeyi öğrenmek.

KAMP KURMAK: Doğada kamp kurmak toprakla yeniden temas kurmak, bir köklenme duygusu geliştirmektir; benliğinizle ve yaşamla sade ve temel bir biçimde bir olmaktır. Doğa ile uyum içine girmek, daha derin, daha güçlü bir enerji kaynağına bağlanmaktır. Eğer bu askeri bir kampsa, bkz. *Silahlı Kuvvetler* ve *Savaş*.

KAMUFLAJ: İnsanın gerçek benliğini gizlemesi.

KAMYON: Büyük, güçlü taşıt. Büyük potansiyel. Eğer o bir yük taşıyorsa, siz fazla yük taşıyorsunuz demektir. Bkz. *Araba*.

KAN: Yaşam kuvveti ya da enerjisi. Eğer bir yeriniz kanıyorsa enerji kaybediyorsunuz demektir; birisi sizin enerjinizi almaktadır ya da siz endişe, korku veya dengesizlikle kendi enerjinizi tüketiyorsunuz. Bedenin neresinin kanadığına bakın. Bkz. bireysel beden bölümleri ve *Çakra*.

KANAL: Dar duygusal yön; size zaman ve enerji kazandırabilecek, ama değişikliğe pek yer bırakmayan bir duygusal yol.

KANALİZASYON: Bırakılması gereken eski fikirler ve tutum-

lar. Artık yararlı olmayan ve bırakılması gereken inanç sistemleri. Ayrıca bkz. *Dışkı, Tuvalet, İşemek*.

KANATLAR: Özgürlük. Yeni yükseklikliere doğru hızla uçmak. Hiçbir sınırın olmaması. Spiritüel bilinci uyandırdığınızda elde edemeyeceğiniz hiçbir şey yoktur.

KANCA: Yararlı olabilecek ya da olmayabilecek bir şeye kancalanmak. Balık oltasının kancası duygusal olarak beslenme ihtiyacını temsil eder; bir şeyleri asmak için kullanılan kanca organizasyonu ifade eder.

KANEPE: Eğer bu bir psikiyatrın kanepesiyse, kendinizi bilme, programlarınızı ve inançlarınızı daha derin bir düzeyde inceleme ihtiyacını temsil eder. Eğer bu oturma odanızdaki bir kanepeyse, günlük hayatınızda olup biten bir şeyi simgeler; kanepenin rengine, büyüklüğüne ve şekline dikkat edin.

KANGURU: Muazzam bir güç, kuvvet. Büyük ayaklar ayaklarını yere sağlam basmayı, köklenmeyi, devingenliği ifade eder.

KANO: Duygusal dengeyi koruyup sürdürmek. Bkz. *Tekne*.

KANSER: Öfke, hayal kırıklığı; sizi için için yiyip bitiren bir korku. Kendini sevmeme; içsel uyumsuzluğunu görememe ya da görmeyi reddetme. Her türlü bastırma fiziksel, zihinsel ve duygusal sağlık için tehlikelidir; düşüncelerinizi, duygularınızı, ihtiyaçlarınızı dile getirin, kendinizi dışa vurun, kendinize karşı dürüst olun.

KANUN KAÇAĞI: Kendinden kaçmak.

KANYON: Bilinmeyen bir bölgeye yaklaşmak; bilinçdışı. Tekrar açıklığa dönebilmek için öğrenilmesi gereken belirli ancak sınırlı dersler; dar yol.

KAPANMAK: Koruyucu inzivanız. Öte yandan, kapanmış bir halde kalmak spiritüel gelişiminizi engelleyebilir.

KAPI: Kendini keşfetme fırsatı. Eğer kapı açıksa, oradan dışarı çıkın; eğer kapalıysa, ilerlemenizi engelleyen korkuyu ya da engeli inceleyin. Bkz. *Açık Kapı*.

KAPI ÇALINMASI: Ne yaptığınıza dikkat edin; fırsat kapınızı çalıyor. Bkz. *Zil.*

KAPICI: Temiz bir zihinsel, fiziksel ve spiritüel hali sürdürmek. Ayrıca neden olduğunuz karışıklığı temizlemeniz gerekir. Bazen başkalarının neden oldukları karışıklığı da temizlemeniz gerektiğini hissedersiniz, ama bu sağlıklı bir tutum değildir.

KAPLAN: Güç, kuvvet; kendi öfkenizden ya da başkasının öfkesinden korkmanız. Dişilik.

KAPLUMBAĞA: Yavaş hareket ediyor, değişiklik yapmakta yavaş kalıyorsunuz; küçük bir tahrikle hemen kabuğunuza çekiliyorsunuz. Sabitlik. Kabuk koruma ve güvenliktir.

KAPTAN: Hayatın duygusal sularında size yol gösteren yüksek benlik. Eğer kaptan dümen başında değilse, siz kontrolsüz bir haldesinizdir ve kendi sorumluluğunuzu üstlenmeniz gerekmektedir.

KAR: Saflık, gerçek, huzur, gevşeme. El değmemiş, bâkir bir kar yeni başlangıçları, taze bir başlangıcı, dünyanıza yeni bir bakışı işaret eder. Bkz. *Buz.*

KAR FIRTINASI: Bkz. *Tipi.*

KARA BÜYÜ: Bir birey büyünün onu etkileyebileceğine inandığında, beyin o düşünceyi izleyerek bazı olumsuz kalıplar yaratabilir. Siz onu kabul etmedikçe, hiçbir şeyin sizi olumsuz biçimde etkileyemeyeceğini hatırlayın.

KARA PARÇASI (Topraklar): Köklenme, beslenme, duygusal karışıklıktan uzak olma. Rüyanın içeriğine bağlı olarak, bir şeyleri kurma, sağlam bir yönelim.

KARANLIK: Bilinçdışından bilinmeyen bir şey ortaya çıkıyor. Bir durumdan düşük bir enerji ve az bir berraklıkla geçmek. Meditasyon yapın, enerjinizi yükseltin ve içsel ışığınızı açın.

KARANTİNA: Diğer niteliklerinize bulaşmaması için olumsuz yanlarınızı içinize hapsediyor olabilirsiniz.

KARATE: Enerjinizi erişmeyi arzu ettiğiniz hedefe odaklamak

ve yöneltmek.

KARAVAN: Bkz. *Treyler.*

KARBÜRATÖR: Spiritüel (özsel), duygusal ve fiziksel olarak birleşmek. Denge.

KARE: Çok çerçeveli ve kontrollü olmak. Partnerliklerde denge; *Sayı* maddesinde dört sayısına bakınız. Toprak, hava, ateş ve su gibi unsurlarımızın dengesi.

KARI (Eş): Benliğin dişi yanı. Bkz. *Dişi.*

KARIN: Genellikle güneş sinirağını ya da üçüncü çakrayı temsil eder: Esenlik ve sağlık hissi dengeli duyguları ve gücün veya yaşam kuvvetinin merkezlenmesini gösterir; bir acı ya da rahatsızlık hissi çok fazla endişe ve gerilim anlamına gelir. Bu sembol ayrıca yaşam deneyimlerinizi ne kadar iyi özümseyebildiğinizi, değerli olanları, gelişiminiz için olumlu dersleri alıp, gerisini bırakma konusunda ne kadar iyi olduğunuzu da ifade edebilir.

KARINCA: Kendi ağırlığından daha fazla şey taşımaya muktedir; çalışkan, gayretli, meşgul. İçeriğine bağlı olarak, bu rüya küçük şeylerin sizi rahatsız etmesine izin vermenizden kaynaklanan bir sıkıntı anlamına da gelebilir. Ayrıca, kendini bir davaya adayarak bireyselliğini yitirmek anlamına da gelebilir.

KARIŞIKLIK, DOLAŞIKLIK: Bir sorunla ilgili olarak berraklıktan yoksunluk, kafa karışıklığı; karışık fikirler, tutumlar. Asıl sorunu saptayın; içgörü için odaklanın, meditasyon yapın, enerjinizi yükseltin. Bkz. *Labirent.*

KARMA: Ne ekerseniz, onu biçersiniz. Başkalarına ne verdiğiniz ve onlardan ne aldığınız.

KARMAŞIKLIK, GİRİFTLİK: Bir şeyin iç işleyişini görmek için onu yakından incelmeniz gerekiyor.

KARNAVAL: Güzel ve eğlenceli bir ortamda bulunmanız. Ancak, eğer kendinizi dönme dolap veya atlıkarıncada görürseniz, bir durumun içinde kısır bir biçimde dönüp durmaktasınızdır.

KARNE: Eğer rüyanızda bir karne görürseniz, orada yazılı olan notlara bakın. Ruhsal rehberliğiniz tüm notlarınızı sizin için yazmaktadır.

KARTAL: Büyük güç; spiritüel benlik hızla yükseliyor. Bilgece kullanılması gereken muazzam bir özgürlük; kendi sorumluluğunuzu üstlenip kendi gereksinimlerinizi karşılamanız.

KAS: Kuvvet, güç, esneklik; kaba kuvvet.

KASA: Korku yüzünden değerli şeyleri saklamak; becerileri, yetenekleri saklamak. Onları korumak için sakladığınız şeyler. Tek güvenlik, kendini yaratıcı bir biçimde ve bol bol ifade etmektir.

KASAP: Saldırganlık, öfke; benliği bütünlüğe kavuşturmak yerine parçalamak. Korku, duyarsızlık.

KÂSE: Kendini besleme vasıtası. Bkz. *Bardak*.

KASET: Numaralarınızı tekrarlayıp durmanız, aynı eski rutine, aynı eski nağmeye saplanıp kalmanız. Bkz. *Plâk*.

KASIK: Erkeksi girişken ya da kadınsı yaratıcı enerjinin merkezî denge noktası.

KASIRGA: Güçlü, ani değişiklikler. Duygusal bir fırtınanın ortasında sakin kalabilmek yerine, bu fırtınaya yakalanmış bulunuyorsunuz. Meditasyon yapıp merkezlenin.

KAŞIK: Beslenme aracı, ama bir kaşık dolusu besin sizi beslemez. Ağzında gümüş bir kaşıkla doğmak yüksek enerji, korunma, bolluk anlamına gelir.

KAŞINMA: Duygu ve düşüncelerinizi bastırma. Kendinizi daha çok ifade etmeniz gerekiyor.

KATAKOMP: İçsel varlık; benliğin gizli veçheleri. Birçok enkarnasyonun derinliklerinde gezinmek; bütünleştirme.

KATIR: İnatçılık; ayrıca ağır bir yükü taşıyabilme, ama kendinizi neden böyle feda etmek isteyesiniz ki? Bkz. *Hayvan*.

KATİL: Hayatınızda artık gerekli olmayan unsurları yok etmek. Şimdi yeni unsurlarla meşgul olabilirsiniz.

KATRAN: Bilinmeyen. Bilinçdışından gelen ve fiziksel realitede ifade edilen fikirler. Eğer katran ve tüyle kaplanmışsanız, bu büyük düşmanlık, saldırganlık, kendi kendinizi suçlama anlamına gelir.

KAUÇUK: Esneklik, yalıtım, koruma; kauçuk lastikler ya da kauçuk kaplı bir giysi giymek duygusal bir fırtınadan korunmayı ifade eder.

KAVANOZ: Bkz. *Şişe.*

KAVGA ETMEK: Bastırılmış ikinci ve üçüncü çakra enerjisinin yıkıcı bir biçimde salıverilmesi. Duygularınızı bastırmamayı, dile getirmeyi öğrenmelisiniz.

KAVŞAK: Yakında gideceğiniz bir yönü seçeceksiniz. Eğer rüyanızda size çatallı bir yol gösterilmişse, sağdaki yol sezginin ve yaratıcılığın yoludur, soldaki yol ise aklın, entelektin yoludur. (İpucu: Sağdaki yolu seçin).

KAYA: Kuvvet, köklenme, kişisel güç.

KAYAK YAPMAK: Oyun zamanı; özgürlük. Ayrıca, çok hızlı gittiğiniz, hayatınıza denge getirmenizin gerekli olduğu anlamına da gelebilir.

KAYBOLMAK (Yolunu Şaşırmak): Hayatının amacını, anlamını ve yönünü kavramakta zorlanmak; kararsızlık. Düşük enerjiden dolayı berrak görüşten yoksun olmak. Meditasyon yapıp içsel rehberlik isteyin.

KAYGI: Bkz. *Endişe.*

KAYIŞ: Bir makinedeki bir kayış gibi, bir şeyleri bir arada tutmak, pürüzsüz işleyiş sağlamak. Bu kayış bir insanın beline sarılıysa, üçüncü çakrada ya da güneş sinirağında bir stresi ve gerilimi temsil ediyor olabilir.

KAYMAK: Bir oyun olarak kullanılmadıkça, aşağı doğru kaymak yanlış yöne gitmektir. Kayaların ya da karların aşağı kayması, bir şeylerin sizin üzerinize çökmesi anlamına gelir.

KAYNAMA: Kaynayan su ya da sıvı bir şeyleri harekete ge-

çirmek, arındırıp temizlemek anlamına gelir. Eğer su taşıyorsa bu çok fazla olumsuz enerji, güçlü duygular, öfke ve dengesizlik anlamına gelebilir.

KAZA: Benliğinizin tüm yanlarına yeterince dikkatinizi vermemeniz, deneyimleri bütünleştirip özümsememeniz; zihninizin bir şeylerle aşırı meşgul olması. Çok hızlı gidiyorsunuz; yavaşlayıp enerjiyi yoğunlaştırmalısınız.

KAZAN: Aşikâr bir biçimde siz bir şey pişiriyorsunuz. Belki spiritüel gelişim stratejinizi oluşturuyorsunuz.

KAZARA DÖKMEK: Farkındalıktan yoksunluk; dağılmış enerji, dikkat etmemek.

KAZAYA UĞRAMAK, ENKAZ: Dağınık enerji, farkındalıktan yoksunluk. Eğer bu bir taşıt kazasıysa, size tuttuğunuz yolu bırakmanızı söyleyen bir mesajdır; bu işi zor yoldan yapmanız gerekmez. Araba fiziksel enerjiyi, tekne duygusal enerjiyi, uçak ise spiritüel ve yaratıcı enerjiyi temsil eder. Siz kendi hedeflerinizi baltalıyorsunuz. Amacınızla temas kurun; meditasyon uygulayın ve ona göre plân yapın.

KAZI: Geçmişi kazmak. Neden uğraşıyorsunuz? Bugünde yaşayın!

KEÇİ: Hemen her şeyi sindirebilmek ki bu ayırt edebilmekten, bir yargıya varabilmekten yoksunluğu gösteriyor olabilir. Ayrıca, bir sorunun kökenine inmek; ilerlemenizi engelleyen olumsuzluğu temizlemek. Ayrıca, birisini ya da bir şeyi günah keçisi olarak kullanmak, kendi sorumluluğunu kabullenmemek.

KEDİ: Benliğin dişi yanı. Bkz. *Hayvan*.

KEKELEMEK: Hislerinizi dile getirmek istememeniz; ihtiyaçlarınızı ve isteklerinizi iletmekte tereddüt etmeniz. Güvensizlik, özgüvenden yoksunluk. Bkz. *Boğaz*.

KEL: Süssüz, gizlenmeyen, açık; tepe çakrasının yüksek öğrenime ve gerçeğe açıldığını, kendinizi spiritüel tekâmüle adadığınızı simgeler. Saç kaybı güç kaybını da temsil eder. Bkz. *Saç*.

KELEBEK: Daha yüksek formda yeniden doğmak; enerjinin değişim ve dönüşümü. Tüm iniş çıkışlarıyla tekâmül sürecine güvenmekten gelen güzellik, yeni farkındalıkla muzaffer çıkmak.

KELEPÇE: Kendinizi ifade etmeyi sınırlamanız; ilerlemenize izin vermemeniz.

KEMER (Tak): Destek, çerçeve. Eğer bu kemer bir pencerenin ya da geçidin üzerinden geçiyorsa, bu yeni bir fırsatı ya da yönü ifade eder.

KEMİK: Temel, inanç sistemleri, kuvvet ve destek. Tüm diğer organların uygun işlev görmesi için gereklidir.

KEMİRMEK: Bir şey sizi için için yiyip bitiriyor, canınızı sıkıyor ve enerjinizi tüketiyor. Gerilim düzeyinizi, endişelerinizi, korkularınızı inceleyin. Kendinizi fazla yüklerden ve olumsuz düşüncelerden kurtarın.

KENAR: Hayatınızda yeni bir şeye girişiyor olabilirsiniz.

KENDİNİ FEDA ETMEK: Kendini sevmeme; başkalarıyla ilgilenip kendi ihtiyaçlarını karşılamama. Kendi sorumlulukları üzerinde çalışmaktan kaçınmak için başkalarının, başka davaların sorumluluğunu üstlenme. Kaçış; ego itelemesi; "Her şeyi ben yapmalıyım" sendromu. Kendinizi ve başkalarını serbest bırakın ve bağışlayın; kendinizin sorumluluğunu kabullenin.

KENDİNİZ: Bir rüyada kendinizi görmeniz geçmişteki ya da şimdiki yaşam rollerinizi temsil eder. Rüyadaki tüm kişiler ve semboller kendi veçhelerinizdir.

KENE: Sizi rahatsız eden ve enerjinizi tüketen küçük bir şey. Ayrıca bkz. *Asalak*.

KENT: İnsanların ya da kendi veçhelerinizin yoğun iletişimi; siz iletişim kurmaya ve işbirliği yapmaya zorlanıyorsunuz. Bir araya gelip birlikte çalışmanız, başkalarına el uzatmanız gerekmektedir. Yoğun enerji; dengelenmeye ve hayatın tadını çıkarmaya zaman ayırmanız gerekmektedir.

KERESTE: Hayatınız için inşa malzemesi. Yeni deneyimler ya-

ratmaya hazırlanmak. Kuvvet, esneklik.

KESME, KESİK: Rüyanın içeriğine bağlı olarak, kendinizle ilgili artık gereksinmediğiniz eski inançları, tutumları, programları kesip atmanız anlamına gelebilir. Eğer bir kesik yüzünden bir yeriniz kanıyorsa, enerji kaybediyorsunuz demektir. Bkz. *Makas, Bıçak.*

KEŞİF: Farkındalığınızda yeni bir açılış.

KEŞİŞ: Bilge öğretmen. Rüyanın içeriğine bağlı olarak, bu sembol günlük hayatında cinsel ve duygusal benliğiyle yeterli derecede temasta olmayan biri anlamına da gelebilir.

KILIÇ: Gerçek, güç; iki kenarı keskin karma kılıcının sembolü: Ne ekerseniz onu biçersiniz. Onur, koruma, gerçeği arama. Ayrıca, yıkım, savaş anlamına da gelebilir. Bkz. *Bıçak.*

KIR: Kır ya da sayfiye manzaraları gelişim, yaratıcılık, rahatlama zamanının geldiğini ifade eder. Doğanın çocuksu farkındalığına yeniden uyumlanın. Sizi birçok yaratıcı seçim veya seçenek beklemektedir.

KIRBAÇLAMAK: Kendinizi ya da başkalarını sözlerinizle kırbaçlamanız; kendinizi cezalandırmanız. Saldırganlık, düşmanlık.

KIRDA YÜRÜMEK: Berraklık kazanmak, fiziksel ve zihinsel olarak canlanmak için enerjinizi yeniden doldurun.

KIRILGAN: İçinizdeki, hâlâ oluşma sürecindeki büyük güzellik, ancak henüz onun bilincinde değilsiniz; savunmasızlık.

KIRMAK: Bir şeyi kırmak bir değişiklik yapmak, illüzyonu dağıtmaktır. Ayrıca, bu kendinizi çok zorlamak, yavaşlama ihtiyacı veya farkındalıktan yoksunluk anlamına da gelebilir.

KIRMIZI: Yaşam kuvveti, verimlilik, enerji, tutku; ayrıca öfke, kontrolsüz duygular. Görsel renk tayfında en düşük titreşim. Bu sembol sizin enerjiye muhtaç olduğunuz anlamına gelebilir. Bkz. *Renk.*

KISIRLAŞTIRMA AMELİYATI: Yeni bir yanınızı yaratma-

yı reddetmek.
KISKANMAK: Güvensizlik. Durup kendinizi sevme konusunda çalışın. Kendi güzelliğinizi ve değerinizi görün.
KIŞ: Bkz. *Mevsim*.
KIŞ UYKUSUNA YATMAK: Esasen kış aylarında kendi içine yönelmek, enerjinin durağanlaşmasına izin vermek.
KIYMIK: Size batan, sinirlendiren bir şey; rahatsızlığa neden olan olumsuz bir tutum ya da alışkanlık.
KIZ: Benliğin dişi çocuksu yanı; genellikle rüyanızdaki kız ne kadar küçükse bu yanınız o kadar çok duyarlıdır. Bu rüya gevşeyip daha çok oyun oynamanızı, içinizdeki çocukla temas kurmanızı söylüyor olabilir. Kızlara özgü tutumlar. Bkz. *Dişi*.
KIZ EVLAT: İçinizdeki dişi çocuksu yan. Ayrıca, kendi kızınıza projekte ettiğiniz nitelikler; kızınızla ya da bu rolü oynayan kişiyle ilişkinizin doğası.
KIZIL HAÇ (ya da KIZILAY): Kendi içsel şifa yeriniz.
KIZ KARDEŞ: Benliğin dişi yanı. Kız kardeşinize ya da kız kardeş figürüne projekte ettiğiniz kendi nitelikleriniz. Gerçek kız kardeşinizle veya kız kardeşiniz rolünü oynayan kişiyle ilişkinizi nasıl algıladığınız.
KIZ ÖĞRENCİ: Kendini-gerçekleştirme sanatında yüksek öğrenim gören dişi yaratıcı benliğiniz.
KIZGINLIK: Bkz. *Öfke*.
KIZILDERİLİ: Öğretmen, yüksek benlik ya da ruhsal rehberlik. Rüyanın içeriğine bağlı olarak, eğer Kızılderililer veya kendi ırkınızdan başka ırktan olan kişiler tarafından kovalanmışsanız, bu size yabancı olan bir yanınızı temsil eder; siz anlamadığınız şeyden korkuyorsunuz.
KİBRİTLER: Bedeni, zihni ve özü (spirit) temizleyip arındırmak için gereçler. Bu sembol ayrıca sizi öfkelendiren küçük şeyler anlamına da gelebilir.
KİL: Kendinizi yeniden şekillendirmeye, hayatınızda yeni rea-

liteler yaratmaya hazırsınız. Belli bir durum yeniden şekillendirilerek uyumlu bir deneyime dönüştürülebilir.

KİLİSE: Bu rüya, kendi içsel tapınağınıza uyumlanmak yerine, spiritualitenin dış görünümünü sergilemeyi simgeliyor olabilir. İsa'nın asla bir kilisesi olmadı, o öğretisini halkın arasında verdi. Ayrıca, bu kendi dışındaki bir güce tapınan bir bilinci de gösteriyor olabilir; kendi içinizdeki Yüce Gücü kabul ve tasdik ederek farkındalığınızı uyandırmanız gerekir.

KİLİT, KİLİTLENME: İçeride kilitli, kapalı kalmak. Gevşeyin ve açılın. Cennetin kapılarında hiçbir kilit yoktur.

KİLİTLİ KASA: Depolanmış veya gizli hazinenin bir yeri. Henüz açığa çıkmamış fikirler, tutumlar ya da inançlar.

KİRA: Ödeme, borç, karma; değiş-tokuş anlaşması.

KİRLİ: Bir şeyin kirli olması davranışınızı arındırmanız gerektiği anlamına gelir.

KİRLİ HAVA: Bkz. *Hava Kirliliği*.

KİTAP: Yaşam kitabınız ya da bu enkarnasyondaki amacınız. Yaşam plânının bilgisi. Dikkat edin; önemli dersler geliyor.

KLAVYE: Tüm metafiziksel bağlantılarınızı kolayca ve çabasızca kurmak.

KLİMA: Hayatınızda soğukkanlı ve sakin olmanız gereken bir dönem.

KLİNİK: İçsel şifacınızın sihrini uygulamasına izin vermek.

KOBAY: Bir sorunu çözmeye çalışarak, deneyler yaparak ve riskler alarak öğrenmek. Olumlu sembol, insanın bir şeyi nasıl yapacağını ya da yapmayacağını öğrendiği anlamına gelir.

KOBRA: Kundalini gücü (yaşam kuvveti, yaratıcı enerji) çakralar, yani enerji merkezleri boyunca yükselmektedir. İçsel gücüne uyanmak. Bkz. *Yılan*.

KOCA: Erkeksi yanınız. Kadınsı yaratıcı yanınızın eşi. Ayrıca, kocanıza projekte ettiğiniz nitelikler. Kocanızla ilişkinizi nasıl algıladığınız. Bkz. *Erkek*.

KOÇ: Kuvvet, güç, erkeksi kuvvet.

KOKAİN: Beyni bulanıklaştırmak, durumu çarpıtılmış bir biçimde görmek, bağımlılığın kurbanı olmak, realiteden kaçınmak.

KOKPİT: Tüm uçuş aletleri önünüzdedir, böylece şimdi uçuşa geçebilirsiniz.

KOKU: Bir deneyimin, bir fikrin niteliği; davetkâr bir koku veya kötü bir koku. Eğer bir şey pis kokuyorsa, bu kötü bir fikirdir. Bkz. *Güzel Koku.*

KOL: Gücün veya enerjinin ifadesi, benliğin uzantısı. Eğer bu sağ kolsa, göndermek ya da vermek anlamına gelir; eğer sol kolsa, almak ya da getirmek anlamına gelir. Rüyanın içeriğine bağlı olarak, kollar desteği, yaratıcılığı ya da kendinizi dünyada ifade ediş biçiminizi simgeliyor olabilir. Bkz. *Beden.*

KOLAJ: Hayatınızın çeşitli veçhelerini bir bütün olarak çalışmaları için bir araya getirmek.

KOLAY: Bir rüyada bir şey kolay göründüğünde, kendinizi bazı gereksiz zorlanmalardan koruduğunuzu bilin.

KOLYE: İçinizdeki güzelliğin ve yaratıcılığın süslemesi. Bkz. *Mücevherat.*

KOLTUK DEĞNEĞİ: İnsan kendi içsel kuvvetini ve bilgeliğini kullanamadığını hissettiğinde kullanılan geçici bir yardım, destek. Sorunu çözmek yerine, engele odaklanmak.

KOMEDİ: Kendinizi çok ciddiye almayın. Her şeyin derslerinizi öğrenmenize yardım etmek için oluşturulmuş bir düzen olduğunu hatırlayın. Neşelenin; kahkaha iyileştirir.

KOMİK: Komik bir rüya size "her şeye gülüp geç" demektedir. Siz hayatı aşırı ciddiye alıyor olabilirsiniz.

KOMŞU: Yandaki evdeki siz.

KONFERANS: Bir konferans vermek veya bir konferansı dinlemek bir şey öğrenmektir; onu dinleyin ve unutmayın.

KONGRE: Benliğin birçok yanının bir buluşması. Bkz. *Grup.*

KONSERVE: Eğer açılmamışsa, benliğinizin bir yanı kapalı-

dır. Paslı teneke konserve artık gerekmeyen eski fikirleri, tutumları temsil edebilir. Ayrıca yapaylığı da temsil edebilir. Kendinizi eski bir alışkanlıktan kurtarmak anlamına da gelebilir.

KONTEYNER: Elde ettiğiniz spiritüel gelişimi ve bilinci muhafaza etmek için bir yer.

KONTRPLAK: Esneklik, kuvvet, sıcaklık. Bkz. *Odun*.

KONUK: Düzenli olarak kullanmadığınız, ihtiyaç duyduğunuzda çağırabileceğiniz bir yanınız.

KONUŞMA: Eğer bir konuşma yapıyor ya da bir konuşmayı dinliyorsanız, size hayatınız için yararlı olacak bir mesaj, bir öğreti verilmektedir. Ayrıca, sözlü ifade, iletişim; kendinizi ifade etmelisiniz.

KONVOY: Birçok benliğiniz daha iyi bir anlayışa, tutumlara ve davranışlara doğru ilerliyor.

KORDON: Her gece rüya görürken gümüş bir kordon aracılığıyla bedenimizden ayrılırız. O kordon sizi evrenin her yerine götürebilir. Uyandığınızda, bu gümüş kordon geri sarılır. Bu kordon koptuğunda ölüm meydana gelir. Ama aslında ölüm diye bir şey yoktur, o sadece yuvaya geri dönüştür.

KOREOGRAFİ: Sizin tarafınızdan düzenlenen yaşam dansı; ihtiyaçlarınız ve arzularınız bu dansta attığınız her adımla doyum bulur. Eğer bu dansta çok beceriksizseniz, çok fazla kafanızda yaşıyorsunuzdur.

KORİDOR: Geçmeniz gereken dar bir yol; siz izlediğiniz yoldan ayrılamazsınız. Koridorun aydınlık mı yoksa karanlık mı olduğu, uğraştığınız şeyin doğasını berrak bir biçimde görüp göremediğinizi yansıtır. İçgörüye giden bir geçit.

KORKAK: Kendinizi gerçekte olduğunuz gibi görmekten, hedeflerinizi gerçekleştirmekten, gelişiminizle ilgilenmekten korkmak. Korkular sizin kendiniz olmaya cüret etmenizi engellemektedir.

KORKMAK: Bkz. *Korku*.

KORKU: Gerçeğe çok yakın olup da ona bakmaktan korkmak. Korkunun öbür yüzü içgörüdür. Bilinmeyen yanlarınızı görüp onları kabul ve tasdik etmekten korkmak; direnmek. Korkulan herhangi bir şeyle, onun yok olması için, yüzleşmek gerekir. Sizin en büyük korkunuz değişmektir; ironik olarak, değişmek bizim bu dünyada bulunmamızın tek nedenidir.

KORNA: Uyarı; farkında olun, uyanık olun. Müzik enstrümanları dikkat edin, neyin olup bittiğini görün anlamına gelir.

KORO, KİLİSE KOROSU: Spiritüel uyum; spiritüel olarak yükseltici deneyimler yaratmak için başkalarıyla işbirliği yapmak; benliğin bütünlenmiş, uyumlu yanları.

KORSAN: Bir yanınız, bir şey veya birisi sizin enerjinizi yağmalamaktadır. Bkz. *Hırsız.*

KORSE: Kısıtlama; enerjinin ikinci ve üçüncü çakrada bastırılması. Özgürlüğünüzün ve yaşam kuvvetinizin (nefes) engellenmesi.

KORUMA GÖREVLİSİ (Muhafız): İlahî koruma. Eğer o bir hapishane gardiyanıysa, bu sizi hapis tutan bir yanınız, inançlarınız ya da tutumlarınız anlamına gelir.

KOSTÜM: Oynamakta olduğunuz ve gerçek kimliğinizi gizleyen bir rol.

KOŞMAK: Bir şeyden kaçmak için koşmak bir durumla başa çıkmaya henüz hazır veya istekli olmadığınız anlamına gelir; korku yüzünden kendi veçhelerinizden kaçmak anlamına gelir. Eğer ağır-çekim koşuyorsanız, bu yakında korkunuzla yüzleşmek zorunda kalacağınızı ve bunu daha fazla erteleyemeyeceğinizi gösterir. Bir içgörü edinmek için durup sizi kovalayan şeyle yüzleşin ve ondan size bir anlayış vermesini isteyin. Bir korkuyla yüzleşmek onu yok eder ve bilincinizi ağır bir endişe yükünden kurtarır. Eğer bir şeye doğru koşuyorsanız, yeni bir gelişim yoluna girmeye ve o yolda ilerlemeye isteklisiniz demektir. Bkz. *Yarış* ve *Joging Yapmak.*

KOVBOY (Sığırtmaç): Açık havayı, kırları seven birisi. Hayvani içgüdülerini kontrol altında tutan, dizginleyen bir erkek ya da kadın; kendi gücünüzü dizginlemeniz.

KOYULAŞTIRMAK: Eğer mobilya gibi bir şeyin rengini koyulaştırıyorsanız, renge dikkat edin. Bu aydınlatma, yeniden yapma anlamına gelebilir.

KOYUN: Düşüncesizce, masum bir biçimde güvenmeniz, kendinizle ilgili tüm sorumluluğu başkalarına vermeniz. Sizi koruması ve yol göstermesi için içinizdeki çobanın ya da yüksek benliğin farkındalığını geliştirin. Ayrıca, bir kuzu kucaklanılıp okşanma arzusunu ve hassasiyeti; masumiyet haline geri dönüşü temsil ediyor olabilir ki o gerçekçi ve arzu edilir olmayan bir haldir. Bkz. *Kuzu*.

KOZA: Güvenli içsel ortamınız. Hayatta zorluklarla karşılaştığınızda sığınabileceğiniz yer.

KÖK: Destek sistemi, benliğinizin daha derin düzeyleriyle bağlantı; temel. Derin kökler değişikliklerin ve hayatın unsurlarının ortasında sağlam durmak anlamına gelir. Destek ve beslenmeyi hisseden. Ya da bir sorunun kökü.

KÖLE: Kontrolünüzü yitirmeniz, hayatınızın sorumluluğunu üstlenmemeniz, gücünüzü başkalarına teslim etmeniz. Siz alışkanlıklarınızın, inançlarınızın, ideallerinizin ve diğer insanların tepkilerinin kölesi olabilirsiniz. Bkz. *Bağımlı*.

KÖMÜR: Kendi içinizdeki bilinmeyen enerji kaynakları; potansiyeliniz.

KÖPEK: Benliğin erkeksi yanı. Eğer köpek saldırgansa, bu içinizdeki saldırgan eğilimlerin olumlu kanallara yönlendirilmesi, dile getirilmesi gerektiği anlamına gelir.

KÖPEK KULÜBESİ: Erkeksi benliğin veçheleri; saldırganlık, bastırılmış duygular.

KÖPEK YAVRUSU: Benliğinizin yeni, erkeksi, girişken bir yanı. Onun sevgiye ve beslenmeye ihtiyacı vardır.

KÖPEKBALIĞI: Duygusal enerjinizi tüketme tehdidi içeren güçlü, yakın bir tehlike. Bu genellikle bir uyarıdır: Girmeyi düşündüğünüz duygusal sulara girmeyin, yoksa büyük bir enerji kaybı yaşayabilirsiniz. Duygusal dengeniz için bir tehdit. Kendi sorumluluğunuzu üstlenin ve ona göre davranın.

KÖPRÜ: Bir geçiş; eskiyi bırakıp yeniye girmek. Gelişim ve tekâmül için yeni bir fırsat; hayatta yeni bir yönün eşiği. Bu sembol bilinç düzeyleri arasında, yaratıcı-sezgisel düzey ile aklî düzey arasında bir köprü kurmayı temsil ediyor olabilir.

KÖR: Spiritüel görüşü geliştirme ihtiyacı. Siz bakıyor ama görmüyor, doğru seçimlerde bulunmuyor, kendinizi gerçeğe karşı körleştiriyorsunuz. İçinize dönüp bakın ve yeniden deneyin.

KÖŞE: Enerjilerin bir noktada birleşmesi, yeni bir yöne yönelmek için değişim noktası. Marketteki bir köşe gibi, bir durumda bir avantaja sahip olmak. Bir köşeye sırtını dayamak, kendinizi sınırlayıcı bir durumdan kurtarmak için bir karar vermenizin zamanının geldiğini gösterir.

KÖTÜLÜK: Cehalet, farkındalıktan yoksunluk. Bkz. *Şeytan.*

KÖTÜYE GİTMEK: Rüyalar sizin kaydettiğiniz ilerlemeyi ve nerede kötüye gittiğinizi gösterir. Dikkat edin ve durumu iyileştirin.

KRAL: Her şeye gücü yetme, güç; Tanrı. Bilgi hazinesi, kendi değerinin farkındalığı, içsel gücünün farkında olma. Kendi hayatınızın yöneticisi; öz-sorumluluk. Yaratıcı gücü nasıl, akıllıca mı, aptalca mı kullandığınız sizin sorumluluğunuzdur.

KRALİÇE: Rüyanın içeriğine bağlı olarak, rehberlik, liderlik yeteneği veya bilinçte ortaya çıkan güçlü dişi özellikler anlamına gelebilir.

KRATER: Şiddetli bir deneyimin eski anısı. Bilinçdışına bir açılış.

KREDİ: Siz iyi bir iş yaptınız ve size bir ikramiye gelmektedir. Ayrıca, sorumluluklar anlaşması.

KREDİ KARTI: Daha ileriki bir tarihte ödemeniz gereken bir şeyi almanız. Hiçbir şey karşılıksız değildir; siz onu kazanmak zorunda kalacaksınız.

KRİKO: Bir lastiği kaldırma gereci olarak daha iyi bir denge ve daha rahat bir yolculuk sağlar. İnsanın canlılığının, moralinin yükselmesi.

KRİSTAL: Enerji iletkeni ve deposu. Ayrıca, bir berraklık sembolü... "kristal berraklığında" olmak.

KUAFÖR: Saç kuvveti temsil eder. İçsel kuvvetinizi nasıl kullanmak istediğinize karar vermek.

KUCAĞINA ALIP OKŞAMAK: Sevgi, şefkat, sıcaklık ifadesi. Şefkatli ve sevecen bir ilgi ve bakıma ihtiyacınız var.

KUĞU: Güzellik, zarafet, saflık; duygusal sularda süzülerek gitme, ama aynı zamanda yeni yüksekliklere doğru uçabilme yeteneği. Ruhun algısı, özgürlüğü, dinginliği. Duyguların üzerinde olmak. Eğer bu siyah bir kuğuysa, bilinmeyenin gizemi, çekici ama anlaşılmayan anlamına gelir.

KUKLA: Başkalarının sizi yönetip yönlendirmelerine izin vermeniz; gücünüzü başkalarına teslim etmeniz. Eğer kuklayı siz oynatıyorsanız, siz başkalarını yönetip yönlendirmeye çalışıyorsunuz demektir.

KUKULETA: Saklanmanız, gerçek halinizle görülmek istememeniz. Aldatma, sahtekârlık; korunma.

KULAK: Dinleyin, dikkat edin, mesajı gerçekten alın. Neyin olup bittiğini işitin. Bkz. *Sağır*.

KULAK KİRİ: Dinlememek. Kulaklarınızı tıkamışsınız, gerçeği işitmek istemiyorsunuz.

KULAK TIKACI: Bkz. *Kulak Kiri*.

KULE: Spiritüel güç, berraklık, görüş noktası. Eğer bir kuleye hapsedilmişseniz, siz aklın, entelektin fildişi kulesindesiniz, benliğinizin diğer yanlarından kopmuşsunuz demektir.

KULUÇKAYA YATMAK: Yeni fikirler için zamanlama henüz

uygun değildir; ama bu zaman gelmek üzeredir.
KULÜBE: İçinde yaşadığınız ev sizsiniz. Eğer o ev büyükse, sizin enerjiniz ve potansiyeliniz de büyüktür. Eğer o bir kulübeyse, siz bu zamanda gelişim hızınızdan hoşnutsunuzdur.
KUM: Benliğin sürekli değişen, asla aynı kalmayan, ama daima orada olan sınırsız yanı. Zamanın kumları: Her şey illüzyondur, hiçbir şey kalıcı değildir. Ayrıca, besleyen, köklendiren enerji. Eğer eviniz kumun üzerinde duruyorsa, bu çok kuşkulu bir temeli temsil eder. Bkz. *Kumsal*.
KUMARBAZ: Şansını denemek; durup, kazanma şansınızın çok düşük olup olmadığına bakın. Bkz. *Oyun Zarları*.
KUMAŞ: Hayatınızı yaratmakta kullandığınız malzemeler. Kumaşın rengine ve dokusuna dikkat edin. Rengin anlamına bakın. İpek bir kumaş hayatınızın yumuşak bir biçimde aktığını, çuval bezi hayatınızın biraz zor olduğunu, pamuklu kumaş hayatınızın biraz tekdüze ve sıkıcı olduğunu, naylon ise hayatınızın biraz yapay olduğunu gösterir.
KUMSAL: Bilinç ile bilinçdışı arasındaki sınır çizgisi ya da köprü; bir kumsalda durmak sizin okyanustan muazzam bir enerji almanızı, bilinçdışının gücünü kendinizi merkezlendirmek ve yaşam hedeflerinizi gerçekleştirmek için kullanmanızı sağlar. Kum şifadır, köklendirici enerjidir. Eğer bir dalga ya da balık tarafından kumsala atılmışsanız, duygusal bir dönem geçirdikten sonra şimdi enerjinizi toparlayıp yükseltecek zamanınız var demektir. Eğer ıssız bir sahilde mahsur kalmışsanız, kendinizi bilinçdışı kaynaklarınızın zenginliğinden yoksun bırakmışsınız demektir. İçinize yönelin, orada aradığınız çözümü bulacaksınız.
KUNDALİNİ: Yaşam kuvveti. Spiritüel güç, Kutsal Öz, Tanrı enerjisi; o omurgada bulunur ve yedi çakrayı tam potansiyellerine uyandırır. Bkz. *Yılan*.
KUNDUZ: Duygusal benliği çok fazla frenleyip bastırmaya ça-

lışmak, duygusal akımların açılıp akmasını engellemek. Duygusal sorunları çözmekten kaçınmak. Bkz. *Hayvan*.

KUPA: Bkz. *Ödül*.

KUPİD (Aşk Tanrısı): Sevgi ilişkilerinde gelişme; bir risk almak. İyi ve kendi kendini açıklayıcı bir sembol.

KURAKLIK: Kuruma tehlikesi. Enerjinizi toplayın ve verimli zihninizi mutlu ve sağlıklı tutun.

KURAN: Spiritüel öğretiler. Yüksek benlikten gelen mesaj.

KURBAĞA: Onlardan bir şey öğrenmeden ve bir çözüme ulaşmadan bir durumdan diğerine atlamak. Mizahi olarak kullanıldığında, siz prensinizi bulabilmek için bir sürü kurbağayı öpmek zorunda kalabilirsiniz.

KURBAN: Kendi hayatını yaratma sorumluluğunu üstlenmek istememek. Kendini feda eden rolü. Neyin değiştirilebileceğini, neyin değiştirilemeyeceğini ayırt edememek, geçmişi bırakıp yeni bir başlangıç yaratamamak. Eğer hayat yolunuzu gerçekten bulmak istiyorsanız, kurban rolünü geride bırakmalısınız.

KURBAN ETME: Kendini feda etme; siz enerjinizi, ideallerinizi, kendinizle ve başkalarıyla ilgili hedeflerinizi kurban etmek zorunda değilsiniz. Kurban etmeniz gereken tek şey sizi sınırlayan olumsuz düşünüşünüz ve (kendini feda etme eğilimi de dâhil olmak üzere) yıkıcı eğilimlerinizdir.

KURŞUN: Ağırlık, hayatta ağırlık. Gereksiz kaygılarla yüklü olmak.

KURT: Aç kurtumsu arzular, doyurulmamış istekler; sinsi arzular. İç huzuruna ve esenliğinize saldıran arzular. Kendinizi kendi içinizden doyurun; kendi benliğinizi onurlandırın.

KURT ADAM: Saldırganlık, öfke, korku; içinizdeki düşük ya da hayvani dürtüler. Bkz. *Canavar*.

KURTARMA: Rüyanın içeriğine bağlı olarak: Eğer siz kurtarılmak üzere elinizi uzatıyorsanız, bir sorunu çözmek için enerji ve içgörü istiyorsunuz demektir. Eğer bu yardımı ciddiyetle,

samimiyetle istiyorsanız, yardım hemen gelecektir. Eğer siz başkalarını kurtarıyorsanız, birisinin yardıma muhtaç olduğunu hissediyor ve ona yardım etmeye çalışıyor olabilirsiniz. Ya da siz dünyayı kurtarmaya çalışıyor, ama kendi derslerinizi ihmal ediyor olabilirsiniz.

KURTÇUK: Bkz. *Çürüme*.

KUSMAK: Kendinizi aşırılıktan, hazmedemeyeceğiniz ya da muhtaç olmadığınız gereksiz fikirlerden ve tutumlardan kurtarmanız. Düşüncelerinizi, duygularınızı ve ihtiyaçlarınızı dile getirmeniz. Bunu yapmalısınız, çünkü içinizde tuttuğunuz şey sizi hasta etmektedir. Ayrıca, bedenin toksinlerle dolu olması; düşük enerji. Bkz. *Hastalık*.

KUŞ: Spiritüel özgürlük; daha yüksek farkındalığa ulaşabilme yeteneği. Maddi bağlardan kurtuluş.

KUŞ YUVASI: Aile hayatını, ilişkileri, bir yuvayı, kendi içinde güvenli bir yeri arzulamak. Kendi alanınıza ihtiyacınız var. Ayrıca, yeni yaratıcı fikirler ortaya çıkmadan önce geçirilen bir kuluçka dönemi, bir dinlenme yeri.

KUTLAMAK: Bkz. *Parti, Tören*.

KUTSAL: Kutsal Öz ya da Tanrı-benlik, saygıdeğer içsel varlık, spiritüel farkındalık. Bir şeyin kutsal diye ayırılması farkındalıktan yoksunluk anlamına gelir. Tüm yaşam kutsaldır; Tanrı içinde her şeyin yaşadığı, hareket ettiği ve var olduğu ortamdır. Gücünüzü teslim ettiğiniz bir şey; o gücü içinizdeki öğretmene geri verin.

KUTSAL KİTAP: Spiritüel çalışma; insanoğlunun aydınlanma arayışı. Gerçeğe en yakın olan, ama sembolik olarak yorumlanması gereken belge.

KUTSAL ÖZ (Spirit): İçinizden akan evrensel kuvvet.

KUTSAL YER: Kendi içinizdeki beslenme, şifa ve huzur bulma köşesi; çok kişisel ve gerekli bir bilinç düzeyi.

KUTSANMA: Bir sevgi armağanı olarak sunulan ilahî koru-

ma. İnisiyasyon biçimi; kendi kendini kabullenme veya anlayışının geliştiğini, tekâmül ettiğini fark etme.

KUTU: Kurduğunuz oyunlar, yarattığınız küçük realiteler, kendinize empoze ettiğiniz sınırlar. İnsan sürekli olarak kutuların dışına çıkıp görüşünü genişletmeye çalışır.

KUVVET: Yaşam ve onu sürdüren güç.

KUYRUK: Geriden, en arkadan gitmek; takip etmek ama bunu güvenle ya da şevkle yapmamak. Sizin geçmişiniz; arkanızda kalmış deneyimler. Bkz. *Arka.*

KUYRUKLUYILDIZ: Büyük kitlelerin tekâmülüne neden olacak güçlü bir enerjinin salıverilmesi. Kişisel tekâmülün, muazzam bir yaratıcı potansiyelin, büyük başarının habercisi; kendini ve başkalarını uyandırmak.

KUYU: İçsel hislerin haznesi, kaynağı. Bastırılmış duyguları açığa çıkarmanın, boşalmanın yolu. Bir dilek kuyusu duygusal arzunun, dileğiniz üzerinde odaklanmanın ve onun gerçekleşeceği beklentisinin umutlarınızı ve hayallerinizi gerçekleştireceği fikrini ifade eder.

KUZEY: Karanlık, belirsizlik, cehalet. Spiritüel rehberlik aradığınız yön. Boğuk duygular, hisler. Eğer kuzey sizin için yukarıyı temsil ediyorsa, doğru yönde ilerliyor olmak.

KUZGUN: Bilinmeyenden korkmak. Benliğin bilinmeyen yanlarına doğru bir uçuş. Bkz. *Kuş.*

KUZU: Sıcaklık, sevgi, masumiyet. Eğer kuzu kesilmişse, bu düşünceleri, inşallah olumsuz düşünceleri yüksek benliğe kurban etmek anlamına gelir. Suçluluk ve kurban etme düzeyinde kalmaktansa, yüksek benliğe sevinç armağanları vermeniz çok daha iyidir. Bkz. *Kurban Etme, Hayvan, Koyun.*

KÜKREME: Öfke, saldırganlık, korku; bilinçdışından ortaya çıkan hisler.

KÜLLER: Ateşle ya da Tanrı ışığıyla spiritüel olarak arınmanın artığı, özü. Bedeni, zihni ve özü (spirit) arındırmak, benli-

ği yeni anlayış zirvelerine çıkacak şekilde özgürleştirmek.
KÜLOT: Alt çakralar için bir örtü. Cinselliğinizi gizliyor olabilirsiniz.
KÜPELER: İçinize dönüp iç sesinizi dinlemeniz gereken önemli bir zaman.
KÜRDANLAR: Dile getirmemek; sözler ağzınıza yapışıp kalıyor, sevgi ve mizahla iletişim kurun.
KÜRE: Bkz. *Daire, Yerküre*.
KÜREK (sandal için): Teknenizin ya da duygusal hayatınızın kontrolünü elinizde tutmanıza yardım eder; bir kürek olmadan bir rotayı izleyemez, sürüklenir gidersiniz. Yol gösteren bir partner.
KÜREK (toprak için): Pisliğinizi temizleyin. Toprağı küreklemek gelişim için yeni tohumlar ekmek anlamına gelebilir. Eğer karı kürüyorsanız, bu donmuş duyguları çözmek anlamına gelebilir.
KÜRK: Korunma, örtünme; içgüdüsel doğa.
KÜRTAJ: Kendi içinizdeki yeni bir doğumu ya da yaşam yönünü engellemek. Bunlar olumlu ya da olumsuz fikirler, projeler, fırsatlar ya da ilişkiler olabilir; bu yüzden neyi deneyimlemenizi engellediğinizi dikkatle inceleyin.
KÜTÜK (kesilmiş ağacın toprakta kalan bölümü): Gelişim yarıda kesilmiştir; yeni bir ağaç dikin. Bir sorununuzun çözümünü bulamıyorsunuz. Onu rüyalarınızla çözmeyi deneyin!
KÜTÜK (yanan): Yıkıcı olan ve hayatınızda artık gerekli olmayan yanlarınızı arındırıp temizleyecek güce sahip olmak.
KÜTÜPHANE: İçsel kaynaklar, bilgi. Yeni şeyleri öğrenmek, araştırmak.

L

LABİRENT: Kafa karışıklığı ve kendini kaybolmuş hissetme; labirentinizi daima siz, genellikle kararlar vermekten ve so-

rumluluğunuzu kabullenmekten kaçınmak için yaratırsınız. Eğer yaşam labirentinde dönüp duruyorsanız, onu bir otoyola dönüştürdüğünüzü hayal edin ve tekâmülünüzle ilgilenin.

LABORATUVAR: Yaşam plânlarını ve fikirlerini bir araya getirdiğiniz çalışma alanı; hayatta nerede olduğunuzu ve durumların üzerinde ne kadar iyi kalmakta olduğunuzu yansıtır. Siz onları anlayıp aşmak için yaşam deneyimlerini yaratan ve birleştiren simyacısınız.

LAĞIM ÇUKURU: Barındırdığınız tüm olumsuz programlar, sınırlayıcı düşünceler. Duygusal olarak arınmanızın, kendinizi ve diğerlerini bağışlayıp serbest bırakmanızın zamanıdır.

LAMBA: İçinizdeki ışık. Bkz. *Işık*.

LASTİK İZLERİ: Kendiniz için bir rutin oluşturmak. Genellikle bir rutine saplanıp kalmak anlamına gelir.

LASTİKLER: Harekete geçmek, devingenlik. Eğer lastik patlamışsa, dengesiz haldesiniz demektir. Enerjinizi pompalayıp şişirin.

LAV: Benliğinizin bilinmeyen ya da bastırılmış veçhelerinin bilincinizde bir patlamayla ortaya çıkmaları. Bilinçdışından gelen bir mesaj.

LAVABO: Neyi temizlemeniz gerekiyor? Bu, rüyada gördüğünüz bir çamaşır makinesi, lif ve sabun için de geçerlidir. Bkz. *Bulaşık Teknesi*.

LAVANTA: Dişi, kadınsı yaratıcı enerjinin yin-yang dengesi. İçe dönme ve bilinci yükseltme becerisi.

LAVMAN: Temizlenmek, arınmak; bastırılmış duyguları ve olumsuzluğu boşaltmak.

LAZER: Güçlü, odaklanmış, yoğunlaşmış enerji.

LEKE: Düşünüşünüzü ve davranışınızı bozan hatalı, rahatsız edici tutum.

LEKELEMEK: Hatalı, uygunsuz, temizlenmesi gereken bir şey yapmak. Bkz. *Leke*.

LENS: Kendinizi ve başkalarını nasıl görüp algıladığınız.

LEVİTASYON: Bkz. *Havaya Yükselme.*

LEYLEK: Yeni yönler; size yeni gelişim, yeni fırsatlar getirip üzerinize bırakır. Spiritüel başlangıçlar. Beyaz kuş gerçeğin bir habercisidir. Bkz. *Kuş.*

LEZBİYEN: Benliğin dişi yanı; içinizdeki dişi niteliklerin birleşmesi. Eğer tanıdığınız birisiyle sevişiyorsanız, bu kendi içinizde o bireyin nitelikleriyle birleşmeniz anlamına gelebilir. Ayrıca, kendi cinselliğinize karşı tutumlarınız. Bkz. *Cinsel İlişki.*

LİDER: Amaçlı benlik, içsel bilgelik. Size yol gösteren yanınız; onun duygusal bir yan mı, zihinsel bir yan mı, fiziksel bir yan mı, spiritüel (özsel) bir yan mı olduğunu, yoksa hepsinin bütünü mü olduğunu inceleyin.

LİMAN: Duygusal bir fırtınada sığındığınız güvenli bir yer. Eğer gelişmeye devam edecekseniz, dinlendikten ve kendinizi onardıktan sonra tekrar harekete geçmeli, yola çıkmalısınız.

LİMON: Zayıf nitelik. Ayrıca, temizleyici, iyileştirici araç.

LİMUZİN: Muazzam potansiyel.

LİSANS, EHLİYET: Mutlu, başarılı olmanıza, hayatınızın sorumluluğunu üstlenmenize izin vermeniz. Kendinizi bilin; kendiniz olmaya cüret edin. Sürücü ehliyeti sizin kimliğinizdir.

LOKANTA: Kendinizi besleyip yaşatmanız için bir sürü seçenek; beslenme, iletişim ya da arkadaşlık ihtiyacı. Eğer belli bir yiyeceği yiyorsanız, sizin ona, onun vitaminlerine ve minerallerine ihtiyacınız olabilir.

LOKOMOTİF: Güç kaynağı, yaşam kuvveti. Siz yolunuzda ilerliyorsunuz. Lokomotif içinizdeki ilerleme ve hızlı ilerleme gücünü yansıtır. Bkz. *Enerji.*

LOŞ: Berrak bir biçimde görememek. Daha berrak bir algı için enerji düzeyinizi yükseltmelisiniz.

LOTUS: Spiritüel olarak açılma ve gelişme. Bkz. *Çiçek.*

LSD: Bilincin genellikle kontrolsüz bir biçimde genişlemesi.

Uyanmak, genişlemiş bilinç. Meditasyon uygulamak, içsel yönelime, enerjilere güvenmek daha güvenlidir. Bkz. *Uyuşturucu İlaçlar.*

LUNA PARK: Gevşeyin, ciddi tutumlarınıza bir ara verip yaşayın; gülün, eğlenin, rahatlayın. Ancak, atlıkarınca ya da diğer daire çizen araçlar sizin bir kısır döngü içinde olduğunuzu ve bu döngüden kurtulup yeni bir yön çizmeniz gerektiğini ifade eder.

LUNA PARK TRENİ (inişli çıkışlı raylar üzerinde giden): Hayatınız inişli çıkışlı gidiyor. Durun ve dengelenin.

M

MAAŞ ÇEKİ: Hakkın ödenmesi. Başardığınız bir işten ötürü ödüllendirilmeniz. Ayrıca bkz. *Ücret.*

MADALYA: Spiritüel bir zorlukla karşılaştığınızda sergilediğiniz cesur bir davranışın farkına varmak.

MADEN OCAĞI: Bilinçdışı; kendi içinizdeki gizli hazineler.

MADENİ PARA: Bkz. *Para.*

MADONNA: Birçok formu içindeki İlahî Ana; herkesin anası. Bir rüyada Madonna görüldüğünde bir şifa gerçekleşiyor demektir. O, Tanrı Baba ya da erkeksi prensiple birleşerek evreni meydana getiren dişi prensiptir. O, yang ile, erkek ile birleşen yin'dir, dişidir. Kendi varlığımız içindeki anne prensibidir. Dünya Ana'dır. Meryem Ana ise Hıristiyan geleneğindeki kişiselleştirilmiş dişi tanrısallıktır.

MAFYA: İçinizde sürüp giden çatışma ya da savaş. Başkalarının sizi kendi çıkarları için kullanmalarına izin veriyor ya da gücünüzü başkalarına karşı kullanıyor musunuz?

MAĞARA: Bilinçdışı zihin; benliğin keşfedilmemiş yanları. Siz kendinizi keşfetme serüvenini sürdürürken büyük hazineler içinizde yatar.

MAĞAZA: Büyük içsel kaynaklar; bu mağaza her ne olursa

olsun, çeşitlilik ve fırsat sunar. Yeni fikirler, durumlara bakma yolları. İçsel zenginlik, beceriler, yetenekler. Ayrıca bkz. *Pazar, Dükkân.*

MAĞDUR: Bkz. *Kurban.*

MAHKEME: Mahkemeye gidiyorsanız ya da bir mahkeme salonundaysanız, belki gizli suçluluk duyguları ve korkular yüzünden kendi kendinizi yargılıyorsunuz demektir. Yargıç ve jüri sizin yüksek benliğinizi, ruhsal rehberliğinizi ya da içinizdeki eleştirmeni temsil eder. Bkz. *Yargıç, Jüri.*

MAHKÛM: Bkz. *Suçlu.*

MAKAS: Gelişiminiz için artık yararlı olmayan şeylerden kurtulun. Bir makasla bir yerini kesmekten korkmak bir yanımızdan kopmaktan korkmamız anlamına gelir. Bir kitaptan ya da dergiden bir resim veya bir yazı kesmek, bu ister bir fikir ya da bir ideal olsun, bizim için anlamlı olan bir şeyi saklamak ve onu hayatımızın realitesinin bir parçası kılmak istemek anlamına gelir.

MAKAT: Kendini artık gerekli olmayan düşüncelerden ve deneyimlerden arındırıp kurtarmanın yolu. İçsel temizlenme ihtiyacı. Ayrıca, hissedilmesi zor olan gizli stres noktası; gerilim ve endişeden kurtulmanız gerekmektedir.

MAKİNE: Doğal gücün uzantısı ve kullanılması. Eğer bir makine haline gelirseniz duyarlı his düzeyleriyle teması; zihinle, bedenle ve özle (spirit) karşılıklı ilişkiyi yitirmişsiniz demektir. Beden bir robot değil, boyutlararası bir tapınaktır.

MAKİNE USTASI, TEKNİSYEN: Dünyadaki günlük fiziksel işleyişinizde yapmanız gereken çalışma. Bedeninizin, yani fiziksel aracınızın dikkatinize, dinlenmeye ya da onarıma ihtiyacı olabilir.

MAKİNİST: Yaşam yolunuzun sorumluluğunu üstlenmeniz.

MAKYAJ YAPMAK: Öz-güvenini artırmak için öz-imajını güzelleştirmek. Ayrıca, kendi gerçek benliğinden gizlenmek, iç-

sel güzelliğini görememek. Eğer ağır bir makyaj yapmışsanız, bu sizin içsel değerinizi göremediğinizi, kendinizi aşağıladığınızı, içsel değerler yerine dışsal değerlere odaklandığınızı ifade eder.

MALİKÂNE: İçinizdeki muazzam potansiyel. İçinizde henüz keşfetmediğiniz birçok beceri, yetenek ve bilinç düzeyi vardır. Kendinizi, varlığınızın sonsuz doğasını, gerçek yeteneklerinizi bilip idrak ettiğinizde, bu yaratıcı potansiyeli kullanmaya başlayacaksınız. Çoğumuz ahşap kulübelerde yaşamaktayız.

MANASTIR (Erkekler Manastırı): Spiritüel bir inziva, kendi içinize dönme, yeni derslere ve deneyimlere girişmeden önce erkeksi benliğinizi keşfetme ve kendinizi toparlama ihtiyacı. Rüyanın içeriğine bağlı olarak, gelişmekten ya da dünyadan kaçmak anlamına da gelebilir. Bkz. *Kadınlar Manastırı*.

MANDALA: Merkezlenmek ve dengelenmek için enerjiyi odaklama aracı. Bir sevgi sembolü.

MANTAR: Sağlıksız duygular, hastalık, uyumsuzluk.

MANTAR TIPA: Özün (spirit) hafifliği; koşulların, duygusal iniş ve çıkışların üzerine çıkma yeteneği. Çok yönlülük, esneklik.

MARANGOZ: Hayatınızı inşa etmek. Onarım, bakım, ekleme, çıkarma; ne yaptığınızı ve neyin gerekli olduğunu görün.

MARANGOZ İŞKENCESİ (Alet): Stres ve gerilimin ortasında kendinizi bir arada tutabiliyorsunuz. Koruma.

MARİHUANA: Gevşeyip içinize yönelin; genişlemiş bir farkındalık düzeyinden içgörü alıp yönünüzü bulun. Ayrıca, içsel uyumlanış yerine dışsal uyarıcılara bağımlılık anlamına gelir. Bkz. *Uyuşturucu İlaçlar*.

MASA: Çalışmak, yemek yemek ya da oyun oynamak gibi günlük faaliyetler. Bir kararı masaya yatırmak. Görüşme.

MASAJ: İyileşme, dengelenme. Fiziksel, zihinsel, duygusal bütünleşme.

MASAL: O masalı dokuyan sizsiniz. Sizin öykünüz birisi onu yaşamış gibi okunur. O birisi sizsiniz!

MASKE: Oynadığınız farklı roller, takındığınız yüzler; kendinize karşı dürüst olmamanız, sahtekârlık, gizlenme. Kendiniz olmaya cüret edin.

MASTÜRBASYON: Bedeninizdeki stresi, gerilimi boşaltma ihtiyacı. İkinci çakranızın ihtiyaçlarını karşılayın. Ayrıca, enerjiyi salıveriyor, ama onu yeni bir şey yaratmak için kullanmıyorsunuz anlamına gelir.

MATARA: Duygusal benliği beslemek için kolayca taşınan gereçler.

MATKAPLA DELMEK: Yeni içgörülere ve yeni bir yöne doğru engelleri aşıp bir atılım yapmak.

MAVİ: Spiritualite, gevşeme, mutluluk.

MAYA: İçinizde bulunan ve gelişmenize ve genişlemenize neden olan unsur. Zoru başarabileceğini göstermek.

MAYALAMAK (içki): Kendiniz için yarattığınız öykü.

MAYMUN: Eğer rüyanızda bir maymunun daldan dala atladığını görürseniz, bu durup kendi içinizde merkezlenmeniz gerektiğini gösterir. Eğer maymun çene çalıyor ya da yukarı ve aşağı atlıyorsa, bu zihninizi meditasyonla sakinleştirmeniz gerektiğini ifade eder. Eğer maymun başkalarını taklit ediyorsa, bu başkalarından öğrendiğiniz bazı çılgınca numaraları görüp bırakmanız gerektiğini gösterir. Gideceğiniz yönü içinizden belirleyin.

MECLİS: Bkz. *Grup*.

MEDCEZİR: Bkz Gelgitler.

MEDİTASYON: Kendinizi bilin. İçinizdeki guruya ya da öğretmene giden yol. Kendini bilmek her şeyi, Tanrı'yı, tüm varlıkların, tüm hayatın karşılıklı-ilişkisini ve bir'liğini bilmektir. Kendinizi gerçekten bildiğinizde, artık kendinizi ve başkalarını yargılamaz, herkesi sevecen bir kabulle karşılarsınız. Medi-

tasyon aydınlanmaya giden otoyoldur; o enerji alanınızı sürekli genişler halde tutarak tekâmülünüzü hızlandırır. O çok basittir.

MEDYUM: Sezgisel güçleriniz spiritüel olarak gelişmek için ihtiyaç duyduğunuz yanıtları almanıza olanak verir. İçgüdüsel tepkilerinize inanın.

MEKTUP: Haber ya da bilgi; öğreti.

MELEK: Tanrı'nın habercisi, spiritüel (özsel) benliğin en yüksek ideali. Bu önemli bir rüya mesajıdır; ona kulak verin!

MELEK ÇOCUK (Cherub): İçinizdeki sevgi yayan masum çocuk.

MELONKOLİ: Düşük enerjinin neden olduğu hüzün. Her gün meditasyon yaparak enerjinizi yükseltin, o zaman o rüyayı -ya da o hissi- tekrar yaşamayabilirsiniz.

MEME EMMEK: Anne memesine geri dönme, sorumluluk almadan bakılıp beslenme arzusu. Ayrıca, sizin bir emici olmanız ya da bir şeyin içine emilerek çekilmeniz, bir şeye massolmanız anlamına da gelir.

MENGENE: Kırılma noktasına kadar sıkıştırılmak. Hayatınızdaki baskı altındaki durumlara bakıp onları bu baskıdan kurtarın. Kuvvet, tutma, zapt etme.

MENİ: Yaratıcı fikirler, güç, enerji. Erkeksilik. Bkz. *Sperm*.

MENOPOZ: Aşırı duygusal bağımlılıktan veya annelik etmekten özgürleşmek. Hayatınızdaki kişilere annelik etmeyi bırakın.

MENTEŞE: Hayat algılamaya, bilgiye erişmeye bağlıdır. Menteşe içeri ve dışarı döner; fırsat kapısını açmak ya da kapatmak sizin seçiminizdir.

MERCAN: Duyguların derinliklerinden gelen güzellik.

MERDİVEN: Daha yüksek farkındalığa adım adım çıkış süreci. Yeni yüksekliklere erişme yolu. Eğer aşağı doğru iniyorsanız, yanlış yoldasınız demektir.

MERHAMET: Kendiniz ve başkaları için şefkat sağlayan ruh

hali.

MERKEZ: Denge, her durumda sakin kalabilmek.

MERKÜR: Öz (spirit), bilinç; değişkenlik, önceden tahmin edilemezlik. Tanrıların habercisi. Bkz. *Gezegen*.

MERMER: Güzel, ancak soğuk ve duygusuz bir şey.

MERYEM ANA: Bkz. *Madonna*.

MESİH: İçinizdeki Tanrı. Kalp merkezi ya da içinizdeki sevgi enerjisi. Üstat öğretmen.

MEŞALE: Bkz. *Alev*.

MEŞE: İçinizdeki muazzam kuvvet. Bkz. *Ağaç*.

MEŞE PALAMUDU: Kendi içinizdeki büyük potansiyel tohumu. Tam gücünüzün ve yaratıcı ifadenizin gerçekleşebilmesi için spiritüel (özsel) doğanızı besleyip geliştirmenizi hatırlatan bir sembol.

METAL: Kuvvet, dayanıklılık. Ayrıca, katılık, soğukluk, duygusuzluk.

METAMORFOZ: Siz egoya-dayalı bir hayattan spiritüel bir hayata geçtiğinizde meydana gelen değişim.

METEOR: Rüyada bir meteor görmek parlak bir başarı elde edebileceğiniz anlamına gelir. Ona izin verin.

METRO: Benliğin daha derin veçhelerini keşfetmek. Eğer bir trene biniyorsanız, yeni bir yönde ilerlemeye hazırlanıyorsunuz demektir. Eğer tren değiştiriyorsanız, yön değiştiriyorsunuz demektir.

MEVSİM: Her mevsimin gelişimimizde kendi özel önemi vardır. Eğer önceki gelişim mevsiminde onları öğrenmeyi başaramamışsak her yıl aynı dersler bizi bekler. Ayrıca, bu sembol hayatımızdaki doğal değişim ve ilerleme sürecini temsil eder; her şeyin kendi mevsimi vardır:

İlkbahar - gelişim mevsiminin başlangıcıdır; bu mevsimde kendimizle ve başkalarıyla ilişkilerimizde pratik dersler alırız;

Yaz - devam eden bir yüksek enerji ve hızlı öğrenme zamanıdır;

Sonbahar - enerjinin yavaşlamasını getirir ve biz derslerimizden içgörü biçeriz;

Kış - spiritüel iç gözlem, ayırt etme ve bir sonraki gelişim baharına hazırlanma dönemidir.

MEYVE: Ekmiş olduğunuz şeyi biçmeniz; başardığınız bir iş. Sorunlarla yüzleşip onları aşmaktan kaynaklanan verimli sonuçlar. Kendi emeklerinizin meyvesi.

MEYVE BAHÇESİ: Bkz. *Bahçe.*

MEYVE SUYU: İstediğiniz şeyi elde etmek için durumu sıkıştırmanız gerekebilir. Ama durumun canlılığını yok edecek kadar sıkıştırmayın.

MEZAR: İnsanın kendisi için kazdığı sınırlayıcı çukurlar. Eyleme geçememek. Yaratıcı düşünce enerjinizi harekete geçirir ve o çukurdan çıkmanıza yardımcı olur. Biz kendi kendimizi canlandırıp harekete geçirmeliyiz, bunu kimse bizim yerimize yapamaz. Bkz. *Ölüm, Tabut.*

MEZAT: Kendinizi istenmeyen düşüncelerden, şeylerden ve deneyimlerden kurtarmak. Eğer müzayedeyle satış sizin seçiminizse, bu sizin geçmişten yararlandığınız ve ilerlemekte olduğunuz anlamına gelir; zorla mezat ise sizin değişime direndiğiniz, eski fikirleri ve içerlemeleri barındırdığınız anlamına gelir. Bir mezattan eşya satın almak, onların niteliğine ve arzu edilebilirliğine bağlı olarak, olumlu ya da olumsuz bir durum olabilir.

MEZUNİYET BALOSU: Birçok dersi öğrendikten ve birçok sınavdan geçtikten sonra bunu kutlamak.

MEZUNİYET TÖRENİ: Başarılmış bir iş; önceki öğrenim ödevlerinizi tamamlamış olduğunuzdan bir sonraki tekâmül aşamasına hazır olmanız.

MEZUNİYET TÖRENİ KONUŞMACISI: Sınıfa önderlik

eden sınıf birincisi.

MIKNATIS: İlişkide, işte ya da diğer durumlarda birleştirme, bir araya getirme. Yoğun çekim enerjisi.

MİDE: Duygusal barometre. Yaşam deneyimlerini hazmetmenin yolu. Bkz. *Beden*.

MİDE BULANTISI: Bastırılmış olumsuzluğu serbest bırakın, boşaltın; siz birçok deneyimi anlamadan içinize almışsınız, o kadar çok şeyi tutuyorsunuz ki kendinizi hasta ediyorsunuz. Her şeyi ifade edin, boşaltın, derslerinizi öğrenip yolunuza devam edin. Ayrıca bkz. *Hazımsızlık*.

MİĞFER: Tepe çakrasını kapatmak. Miğferin nasıl kullanıldığına bağlı olarak, kendinizi aşırı korumanız ya da aşırı tedbirli, sakıngan davranmanız anlamına gelebilir. Kafanızın dışına çıkmak istememeniz anlamına da gelebilir.

MİKROFON: İhtiyaçlarınızı ve duygularınızı yüksek sesle, net bir biçimde, işitilip anlaşılabilecek şekilde dile getirin. Ne düşündüğünüzü açıkça söylemiyorsunuz.

MİKROP: Barındırdığınız küçük korkular; enerjiniz ya da direnciniz düştüğünde onlar sizi etkiler. Ayrıca, bu bir fikrin bulaşıcı mikrobu anlamına da gelebilir.

MİKROSKOP: Görülmesi genellikle zor olan inançlarınızı ve sınırlamalarınızı görmek. Hayatınızı yakından incelediğinizde ilk bakışta fark edemediğiniz şeyleri göreceksiniz.

MİLYARDER: Sınırsız bir enerjiye sahip olmak.

MİMAR: Siz hayatınızın mimarı ve kurucususunuz; bu rüya yeni bir yönü plânlamak, yeni bir genişleme ve yeni fırsatlar için plân yapmak anlamına gelebilir. Kendi sorumluluğunuzu üstlenme zamanı gelmiştir.

MİRAS: Size hayatınızı değiştirmeniz için bir fırsatın ya da armağanın verilmesi. Aldığınız armağana dikkat edin.

MİRASÇI: Bkz. *Vâris*.

MİSAFİR: Bkz. *Konuk*.

MİSTİK: İçinizdeki Tanrı, yüksek benlik, hepimizin içindeki üstat öğretmen. Mistik benlikle siz iyileştirme, akıl verme, kendinize ve başkalarına öğretme gücüne sahip olursunuz.

MİSYON: Herkes için başlıca soru: Sizin amacınız nedir? Siz bu dünyada ne yapmak için bulunuyorsunuz?

MİTİNG: Bkz. *Toplantı*.

MİZAH: Kendinize gülebilme yeteneği, kendinizi çok ciddiye almamak. Kahkaha iyileştirir.

MOBİLYA: Sizi kuşatan inançlar, fikirler ve tutumlar. Benliğinizin uzantısı; kendinizi nasıl tanımladığınız. Kendini-ifade.

MODA: Hayatta oynadığımız birçok rol. Her kıyafet birçok benliğinizin -ve onların temsil ettikleri şeyin- bir veçhesini yansıtır.

MODEL: Eğer bu bir moda modeliyse (mankense) olmaya ya da sunmaya çalıştığınız bir şeyi ifade eder. Eğer bu bir taşıt ya da bina modeliyse (maket), plânlamayı, yeni bir gelişimi ifade eder.

MOLOZ: İnsanın varlığını yeniden inşa etmesi. Bir şarkının dediği gibi: Derin bir nefes alın, kendinizi toparlayın, üstünüzdeki tozları silkeleyin ve yeni baştan başlayın.

MOR: Spiritüel koruma; yüksek bilinç.

MORG: Ölmüş olan ya da tekâmülünüz için artık gerekli olmayan veçhelerinizi temsil eder. Eğer bir morgda oturuyorsanız, bu tekâmül etmediğiniz ya da yeteneklerinizi kullanmadığınız anlamına gelir.

MORS (Hayvan): Kendini, hislerini ve duygularını beceriksiz bir biçimde ifade etmek. Uygulama yapmaya devam edin!

MOTEL: Hedeflerinize erişmenizi sağlayabilecek büyük bir potansiyel.

MOTOR: Güç kaynağı, yaşam kuvveti. Bkz. *Enerji*.

MOTOSİKLET: Hayatınızda dengeye ihtiyacınız var; günlük faaliyetlerinizi, programınızı inceleyin.

MUHABİR: Hayatı bilinçli biçimde gözlemleyip algılamak.

MUHAFIZ: Bkz. *Koruma Görevlisi.*

MUHASEBECİ: Düşüncelerinin, sözlerinin ve eylemlerinin sorumluluğunu üstlenen objektif benlik. Dengelenmek, enerjiyi vermek ve almak.

MUM: İçinizdeki ışık. Her ruhun bir ışığı vardır ve berrak bir biçimde görebilmek bu içsel ışığın gücüne bağlıdır. Varlığınızın gerçek doğası ışıktır. Farkındalık o ışığın parlaklığını belirler.

MUMYA: Kendi programlarınız, inançlarınız ve alışkanlıklarınızla sarılıp sarmalanmak, kendini onlara kaptırmış olmak; içinizdeki yaratıcı özün (spirit) adeta ölmesi. Mumyalayıcı sıvıyı aşarak hayata geri dönmenizin zamanı gelmiştir.

MUSKA: Bkz. *Tılsım.*

MUSLUK: Duygularınızı istediğiniz zaman açıp kapatabilme yeteneği. Sızıntılı musluk duygusal endişeleriniz yüzünden enerji yitirdiğiniz anlamına gelir; durumunuzu değerlendirin ve enerji kaybını önlemek için gerekeni yapın.

MUTFAK: Bkz. *Ev.*

MUTLULUK: Eğer onu hissetmeye izin verseler, tüm insanların doğal hali. Ne olursa olsun mutlu olabilirsiniz!

MÜCADELE: İşleri gereğinden fazla zorlaştırmanız. Mücadele edip ıstırap çekmeye hiç gerek yoktur. Yaşam nehrinin akışına uyun; gevşeyin ve içsel rehberlik arayın. İçsel karışıklık; benliğin bazı yanlarının birbirleriyle mücadele etmeleri.

MÜCEVHER: İçinizde yatan ve henüz fark etmediğiniz değer biçilmez yetenek. Gelişmemiş yetenek. İçinizde değer biçilmez yetenekler yatar; mutlu bir yaşam sürmek için içsel güzelliğinizi ve yaratıcı gereçlerinizi tanıyın. Ayrıca bkz. belli mücevherler, *Hazine.*

MÜCEVHERAT: Farklı beceriler ve yetenekler; süs, güzellik. Bireysel kendini-ifade, kimlik. Belli bir değerli taş sizin sağlık ve esenlik için belli bir enerjiye ya da renge ihtiyacınızın oldu-

ğunu ifade eder. Bkz. belli mücevherler.

MÜDAHALE ETMEK: Potansiyel olarak patlayıcı bir felâketi etkisiz hale getirebilecek bilgelik. Ya da belirli bir durumun iyi sonuçlanmasını sağlayabilecek bir görüşü seslendirmek. Veya iki karşıt grubun arasına girmek.

MÜHENDİS: Yeni yanlarınızı bir araya getirmeniz, inşa etmeniz, ortaya çıkarmanız.

MÜHÜR: Onaylama mührü; kimlik.

MÜNZEVİ: Düşük enerji; içine kapanmak. Yalnız kalmaya, enerjinizi yükseltmeye, sınırlayıcı programların dışına çıkmaya ihtiyacınız var.

MÜREKKEP: Yaratıcı ifade aracı.

MÜRİT: Hayat öğrencisi rolündeki kendiniz; hepimiz müritleriz, hepimiz derslerimizi öğreniyoruz. Belli bir mürit spiritüel rehberliği ya da yüksek öğretmeni temsil eder.

MÜSHİL: Bedeni temizlemek. Suçluluk duygularını, korkuları, acıları, bastırılmış duyguları bırakın, onlardan kurtulun.

MÜSTEHCEN: Kabullenemediğiniz ya da reddettiğiniz yanlarınız; sembolik formları içinde anlamadığınız arzular ya da görüntüler. Bir kez onların ardındaki mesajı gördüğünüzde hiçbir görüntü ya da imge müstehcen değildir.

MÜZAYEDE: Bkz. *Mezat*.

MÜZE: Öğrenmek, bilgi. Deneyimleri bütünleştirmek. Ayrıca, hayatın ana-akışının dışında kalan çağdışı programlar ve inançlar.

MÜZİK: Hayatın iyileştirici, yaratıcı, sevinç verici, ruhen yükseltici akışı. İçsel uyum, huzur, güzellik.

N

NABIZ: Hayatımızın kalp atışı, ritmi, uyumu. Yaşam kuvvetinin gücü.

NAFAKA: Telâfi ya da karma. Geçmişteki eylemlerinizin, ar-

tık hayatınızda yer vermeyi seçmediğiniz vaatlerin ya da anlaşmaların borcunu ödemek.

NAKİT PARA: Enerji. Bir rüyada nakit para almak, bolluğu kabul etmeye gönüllü olduğunuz anlamına gelir. Eğer siz başkasına nakit para veriyorsanız, bu sizin paylaşmaya gönüllü olduğunuzu gösterir. Ama her durumda, vermek ve almak daima dengeli olmalıdır. Aksi halde, dengesiz bir halde olursunuz.

NAVLUN, YÜK: Muhtaç olmadığınız fazla yük. Bir sürü navlun sizin çok ağır bir yükü taşımaya çalıştığınız anlamına gelir.

NAZARLIK: Bkz. *Tılsım.*

NEFES: Yaşam kuvveti, kundalini. Nefes bedensel işlevleri ve bilinci düzenler: Yavaş nefes almak merkezlenme, beden ve zihin enerjisini gevşetme anlamına gelir; hızlı ve güçlü nefes almak gücün hızlanışını ifade eder. Eğer nefessiz kalmışsanız, dengesizsiniz ve çok hızlı gidiyorsunuz demektir; yavaşlayın ve yeniden düzenleyin.

NEFES DARLIĞI: Bkz. *Astım.*

NEHİR: Yaşam nehri; kendi hayatınızın akışı. Eğer akıntıya karşı yüzüyorsanız, gevşeyin ve kendi kendinize empoze ettiğiniz talepleri hafifletin. Eğer nehrin karşı kıyısına geçmeye çalışıyor ama bunun bir yolunu bulamıyorsanız, duygusal bir durumla başa çıkmakta geçici olarak zorlanıyorsunuz demektir. Sorunu halletmek için kendi içinizde yeni bir rota ve genişlemiş bir perspektif oluşturun.

NEHRİN HIZLA AKAN TÜRBÜLANSLI KISMI: Bir kişinin duygusal hayatı bu şekilde çalkandığında, köklenmek gereklidir.

NİKÂH: Bkz. *Evlenme.*

NİNNİ: İçinizdeki çocuğa kendini güvende ve huzurlu hissettiren masumiyetin uyumu.

NİRVANA: Bkz. *Cennet.*

NİŞAN: Başarı, itibar ya da onur ödülü. Öz-kimlik, statü, kendinizi nasıl gördüğünüz.

NİŞAN TAHTASI: Hedef, yön. Hedefinize erişmek için gerekli olan öz-disiplin.

NİŞANLANMAK: Kendine ya da bir başkasına bağlanmak. Bkz. *Anlaşma*.

NOEL: Kutlama, sevgi gücünün uyanması, spiritüel doğum, yüksek farkındalığı vermek ve almak. Aileniz ve arkadaşlarınız ile geçmişteki bağlarınızın, onların sizin hayatınıza şimdi kullanabileceğiniz kuvvetler bahşettikleri anlamına gelen bir yansıması.

NOEL BABA: Size bir armağanın sunulmuş olduğunu söylemenin mizahi bir yolu.

NOT: Öğrenim ve gelişim aşamanız; şu andaki derslerinizi ne kadar iyi öğrenmekte olduğunuz.

NOT DEFTERİ: İhtiyaçlarınızın ve isteklerinizin kaydı; kendinize notlar. Bkz. *Kitap, Günlük*.

NUH'UN GEMİSİ: Nuh'un gemisi erkek ve dişi enerjilerin hayatın duygusal sularındaki bir dengesini temsil eder; ilişkilerdeki duygusal denge. Bkz. *Tekne*.

O

OBEZ: Bürünmüş olduğunuz, dengeli olmayan, aşırı-beslenmiş bir kişilik.

ODA: Benliğin bir veçhesi. Bkz. *Ev*.

ODUN: Esnek, sıcak, besleyici, sakinleştirici. Odun bir ağacın parçasıyken yeni bir form verilebilecek canlılığı temsil eder.

ODUN KULÜBESİ: Bellek bankası. Henüz kabullenmeye ya da bırakmaya karar vermediğimiz fikirler, tutumlar ve inançlar.

OFİS: Günlük çalışma hayatı, üretkenlik.

OĞUL: Bkz. *Erkek Evlat*.

OK: Uzun zamandır güdülen büyük amaç; enerjinin bir hedefe yöneltilmesi. Hızlı ve kolay bir başarı için direkt bir yol.

OKÇU: Rotanızı ya da yönünüzü saptamak. Nedensel enerji. Bkz. *Ok* ve *Yay*.

OKSİJEN: Yaşam iksiri. Eğer rüyanızda bir oksijen maskesi takıyorsanız, gevşeyip rahatlamanız, nefes almanız ve stresin yok olmasına izin vermeniz gerekir.

OKUL: Hayat bir okuldur; siz burada sadece öğrenip gelişmek, tekâmül etmek için bulunuyorsunuz. Tüm insanlar ve tüm durumlar sizin öğretmenlerinizdir. Şevkli olun; siz her halükârda o dersleri öğrenmek zorundasınız. Onları öğrenene dek dersler asla değişmez, onları şimdi öğrenmeye başlayabilirsiniz. Her gece bedeninizin dışına çıkıp daha yüksek düzeylerdeki okullarda derslerinizi öğrenirsiniz. Her bilinç düzeyi size benliğin doğası hakkında bir şey öğretmektedir.

OKUL OTOBÜSÜ: Sizi hayat okuluna götüren vasıta. Siz hem şoför hem de tüm öğrencilersiniz. Rehberleriniz de öğretmenlerinizdir.

OKYANUS: Yaşam denizi; saygı gösterilmesi ve bilgece kullanılması gereken muazzam ölçüde duygusal enerji. Yaşam kuvvetinizin kaynağı. Eğer denizde kaybolmuşsanız, duygulara boğulmuşsunuz demektir. Bkz. *Göl, Gölet, Su.*

OLTA ÇUBUĞU: Spiritüel ve duygusal gelişim aracı; yanıtları avlamak. Spiritüel farkındalık arayışı. Aradığınız şey içinizde yatmaktadır. Bkz. *Balık*.

OM: Mantra olarak kullanılan, Tanrı'yı, Brahma'yı, evrendeki tüm titreşimlerin birleşimini simgeleyen ses. Tanrı-benliğinize uyumlanmanız.

OMURGA: Destek; fiziksel yapının en önemli bölümü. Omurganın sert ya da esnek olması sizin beden boyunca akan yaşam kuvvetini, Tanrı gücünü ya da kundalini enerjisini nasıl kullandığınızı belirler. Omurga kundaliniyi, sinir merkezlerini

barındırır ve o bizim esenliğimizin ve canlılığımızın anahtarıdır. Eğer rüyanızda siz omurgasız görünüyorsanız, kendi sorumluluğunuzu üstlenmiyor, kendi inançlarınızı savunmuyorsunuz demektir. Bkz. *Beden, Kundalini, Yılan.*

OMUZ: Kuvvet, güç. Sorumluluk üstlenme yeteneği. Saldırganlık, yüklenmek, itip geçmek. Bkz. *Beden.*

ONARMA: Bir şeyin onarıma ihtiyacı var; hayatınızın bir veçhesi üzerinde çalışmanız, onu düzeltip onarmanız gerekiyor. Yapmanız gereken bir iş var, bu onarım zamanıdır. Berraklık, durumu görüp onu düzeltecek eylemi belirlemekle gelir.

ONİKS: Ruhunuzda yatan bilinmeyen güç ve güzellik. Mistik süper-bilincin bir yanı. Siyah benliğinizde bulunan bilinmeyen mücevheri, mistik niteliği temsil eder. Spiritüel armağan. Berraklığa ulaştığınızda bu ışık parlayacaktır.

ONURLANDIRILMA: Bkz. *Ödül.*

OPAL: Ardındaki tüm gerçekleri gösteren saydam nitelik. Benliğinizin tüm fasetaları, tüm yetenekleriniz kullanımınıza hazırdır. Çok-boyutluluk. Büyük güzellik.

OPERA: Bkz. *Koro.*

ORAL SEKS: Güçlü erkeksi yaşam-verici kuvveti ortaya çıkarmak.

ORDU (Kara Ordusu): Köklenmek için fiziksel öz-disiplinin gerekmesi. Bkz. *Silahlı Kuvvetler* ve *Savaş.*

ORGAZM: Eğer bir rüyada orgazm olursanız, bu yeterince aktif bir cinsel hayatınızın olmadığını ya da cinsel gerilimi boşaltmanız gerektiğini gösteriyor olabilir. Bu, bedenin dengeli ve sağlıklı kalması için gereklidir ve genellikle rüya esnasında vuku bulur. Hepimizin aynı zamanda cinsel varlıklar da olduğumuzu bilmemiz önemlidir.

ORKESTRA: Benliğinizin uyum içinde işleyen tüm yanları.

ORKESTRA ŞEFİ: Yüksek benlik. Plânlayan, yol gösteren, yöneten farkındalık düzeyi.

ORMAN: Muazzam koruma, gelişim, kuvvet; bilinçdışına giriş. Ormanda kaybolmanız, ağaçlara bakmaktan ormanı göremediğiniz anlamına gelir; hayatınızda olup bitenlerin sorumluluğunu üstlenin.

ORUÇ TUTMAK: Arınmak ve temizlenmek anlamına gelir. Eğer orucu aşırıya vardırıyorsanız, bu kendinizi reddetme ve sevmeme, fiziksel enerjinize zarar verme anlamına gelebilir.

OTEL: Büyük gelişim ve tekâmül potansiyeli. Kirli bir otel, kendi üzerinizde çalışmanız ve davranışınızı arındırmanız gerektiğini gösterir. Harap bir otel potansiyelinizi kullanmadığınızı gösterir. İhtişamlı bir otel öz (spirit) olarak zengin olduğunuzu ve birçok yeteneğinizi kullanmakta olduğunuzu gösterir. Bkz. *Ev, Bina*.

OTOBÜS: Kendinizi ifade konusunda muazzam bir potansiyel. Bkz. *Taşıt*.

OTOPARK: Bkz. *Park Yeri*.

OTORİTE: Sizin içinizde en yararınıza olan şeyleri elde etmenizin yolunu gösteren bir ses var. O içinizdeki otoritedir. Yapmanız gereken tüm şey o sesi dinlemek ve içgüdülerinize güvenmektir.

OTOSTOP YAPMAK: Kendi gücünüzle ilerlememeniz, başkalarına bağlı olmanız.

OTOYOL: Kolay gidiş. Bkz. *Yol*.

OTURMAK: Atlamadan önce bakın. Yolunuza devam etmeden önce durup gevşeyin, enerjiyle dolun.

OVAL: Yeni başlangıç, bütünlük, tamamlanma; yumurta, rahim, daire. Rüyada nasıl kullanıldığına dikkat edin.

OY PUSULASI: Önünüzdeki meseleyle ilgili bir karar ya da yargı.

OY VERMEK: Seçimleriniz. Her durumda bir seçime sahipsiniz. İyi kararlar verin.

OYUN: Yaşam oyunu veya şu anda oynamakta olduğunuz oyun.

Oyunun kurallarını ve başarı olasılıklarını nasıl belirlemiş olduğunuza dikkat edin. Özellikle bir ilişkide, birisiyle oyun oynamak.

OYUN: Bkz. *Piyes*.

OYUN ZARLARI: Düşündüğünüz şey bir kumardır, o yüzden eyleme geçmeden önce onun sonuçlarını iyi düşünün. Rüyanın verdiği hissi anlamak için rüyanın içeriğine bakın.

OYUNCAK: Oyun oynama, hafifleme zamanı. Hedeflerinizi oyuncaklar olarak gördüğünüzde, onları gerçekleştirmeniz daha kolay olur. Çocuksu oyun ruhu sizin en iyi yaratıcı gerecinizdir; fikirlerle oynayın ve onlar kendinizi-ifadede memnuniyetle yeni bir form alırlar.

OYUNCAK AYI: Sıcaklık, sevgi, şefkat. Kendinizi sevme ihtiyacı. Koşulsuz bir biçimde sevme duygusuna geri dönüş. Oyuncak ayı sizi incitmez, sevginizi reddetmez, size karşı çıkmaz. Ayrıca, bu sembol bir ilişkinin gelişip olgunlaşmamış veçhesini temsil eder; bu ilişkiyi tamamen siz -hiçbir şey vermeden ve almadan- yönetiyorsunuz.

OYUNCAK BEBEK: Eğer bu sevimli bir bebekse, sevgi ve beslenmeye ihtiyaç duyduğunuz anlamına gelir; eğer bu Barbie veya Ken tipi bir bebekse, bir rol oynamakta ve gerçek benliğinizi bastırmakta olduğunuz anlamına gelir.

OYUNCU: Bkz. *Aktör*.

OYUNCULAR: O sahnedeki karakterlerin hepsi sizsiniz!

Ö

ÖDÜL: Kazandığınız bir şey; içgörü, gelişim, yetenek. Siz iyi bir iş başardınız, öyleyse durup kendinizi takdir edin, Yaptığınız iyi işten ötürü kendinizi övün.

ÖFKE: İfade edilmemiş duygular ve gereksinimler yüzünden kendinizle ilgili olarak hayal kırıklığı duyma ve incinme. Siz başkalarına bağırıp çağırıyor olsanız bile daima kendinize kız-

gınsınızdır. O sorunun kaynağının içinizde yattığını kabullenmeyi reddettiğinizden, güvensizliği, korkuyu ve olumsuz programları başkalarına projekte edersiniz. Öfke olumlu ya da olumsuz biçimde kullanılabilir: Kendi üzerinizde çalışmanız gereken alanları görmek için ya da sorumluluktan kaçınıp bir başkasını suçlamak için kullanılabilir.

ÖĞRENCİ: Hayat yolu boyunca çalışıp öğrenmek. Hayat geçmeniz gereken birçok spiritüel sınavla dolu olan bir okuldur. Kendinizi tanımak ve sevmek rehberlerinizden iyi bir not almanızın anahtarıdır. Bu, öğretim programındaki en önemli sınavdır. Eğer kendinizi kabul etmekte zorlanıyorsanız, "rüya" ödevlerinizden zayıf notlar alıyor olabilirsiniz. Bkz. *Okul*.

ÖĞRETMEN: Yol gösteren biri. Tüm varlıklar bir şeyi nasıl yapmanız ya da yapmamanız gerektiğini gösteren öğretmenlerdir. Hayatı daha basitleştirmek için içinizdeki öğretmene, yüksek öğretmene kulak verin. Siz kendi alıcılığınızla içgörüye uyanırsınız; tüm varlıklar öğretmen olmalarına ve birkaçının sizin yolunuzda özellikle etkili olmalarına karşın, kendi kendinizin gurusu olmayı hatırlayın.

ÖKSÜZ: Bkz. *Terk Edilmiş*.

ÖLÇME ALETİ: Fiziksel, zihinsel ve spiritüel enerjinin dengesini gösterir.

ÖLÇMEK: Standartlar koymak; kendi beklentileriniz. Kendinizin ve başkalarının beklentilerini inceleyin. Kendinizi nasıl ölçüyorsunuz: Gerçekçi bir biçimde mi?

ÖLDÜRMEK: Birini öldürmek ya da öldürülmek bazı yanlarınızı yok etmenizi, kurbanın temsil ettiği inançları, davranışları ya da enerjileri öldürmenizi temsil eder. Eğer bir ebeveyninizi öldürüyorsanız, modası geçmiş bir ebeveynsel davranışınızdan ya da bir ebeveyninizle ilişki kurmanın eski biçiminden kurtuluyorsunuz demektir. Eğer bir çocuğu öldürüyorsanız, kendi çocuk yanınızı ya da belki bazı çocuksu davranışlarınızı yok

ediyorsunuz demektir. Bir erkeği mi, yoksa bir kadını mı, yaşlı birini mi, yoksa genç birini mi öldürdüğünüze dikkat edin. Benliğin veçhelerinin yararlı mı olduğu, yoksa artık gereksiz mi olduğu, değerli mi olduğu, yoksa inkâr mı edildiği rüyanın içeriğine bağlıdır. Sizin öldürülüp kan revan içinde kalmanız enerjinizi veya yaşam kuvvetinizi kaybetmeniz anlamına gelir. Kendi düşünceleriniz, eylemleriniz ya da hayatınızdaki diğer kişiler enerjinizi tüketiyor olabilir. Bkz. *Kan*.

ÖLDÜRÜCÜ DARBE: Artık gerekli olmayan bir yanınızdan kurtulmanız.

ÖLÜM: Eski ölerek yeni başlangıçlara yol açıyor. Yaşam bir ölüm ve daha yüksek farkındalığa doğuş sürecidir; insanın gelişmeye devam edebilmesi için eski ölür. Çiçekler ölüp ağaçtan düşerken, ağaç büyümeye ve değişmeye devam eder. Her bir küçük ölüm aslında ağacı güçlendirir, çünkü bu ölümler bütün yaşamın gelişimi için gereklidir.

ÖLÜM İLANI: Eskinin, eski inançların, programların ve tutumların ölümü.

ÖLÜMLÜ: Ölümlülük bir mittir. Ruh asla ölmez. O ölümsüzdür.

ÖNCÜ: Bilinmeyeni araştırmak; yeni düşünüş, hissediş ve kendini ifade yollarını aramanız ya da bunu yapmanızın gerekmesi. Bkz. *Hacı*.

ÖPMEK: Sevgi, sıcaklık, iletişim; ayrıca, ihanet öpücüğü. Bkz. *Kupid*.

ÖRDEK: Duygusal durumları ele almakta esneklik; yaşama uyabilmek -uçabilmek, yüzebilmek ya da yürüyebilmek. Eğer ördek başını suyun üzerinde tutarak yüzüyorsa, bu sizin duygularınızın üzerine çıkabildiğiniz anlamına gelir.

ÖRGÜ ÖRMEK: Onarmak, yaratmak. Örgüye bağlı kalın: dağılmayın.

ÖRMEK: Spiritüel kuvvet; birlik; bedeni, zihni ve özü (spirit)

birbirine örmek. Bkz. *İp*.
ÖRTÜ: Rüyanın içeriğine bağlı olarak, bir koruma ya da kendinden ve diğerlerinden saklanma anlamına gelir.
ÖRÜMCEK: Siz kendi ağınızı ya da yaşam alanınızı yaratırsınız; istediğiniz yere gidebilir ve istediğiniz yaşamı dokuyabilirsiniz; örümceğin sekiz bacağı kendi dünyalarımızı yaratmakta kullandığımız kozmik enerjiyi temsil eder. Çok sık bir biçimde kendi ağlarımıza yakalanır, onların kendi yarattığımız illüzyonlar olduğunu unuturuz; başkalarını kontrol etmeye, manipüle etmeye, kendi sınırlı realitelerimize çekmeye çalışırız. Tuzak; illüzyon; uyarı.
ÖRÜMCEK AĞI: Ağ, şebeke veya karışıklık. Bkz. *Örümcek*.
ÖRÜMCEK AĞLARI: Kullanılmayan yetenekler, uygulamaya koyulmayan fikirler. Uyuyan yetenekler.
ÖVGÜ: Tam bilinçli olma, kendinizi ve temsil ettiğiniz şeyi sevme ve muhteşem özünüzü (spirit) mümkün olduğu kadar çok tanıma arzunuzu takdir ediyorsunuz.
ÖZGÜR İRADE: Biz yetişkin yaşa gelene dek her şey önceden mukadder kılınmıştır. O yaştan sonra, spiritüel aydınlanmaya doğru nasıl ilerlemek istediğimizi özgür irademizle seçebiliriz.

P

PAÇAVRALAR: Temizlik zamanı. Boşa harcanmış fikirler, enerji. Eğer paçavralara bürünmüşseniz, bkz. *Yoksulluk*.
PAKET: Birine bir paket göndermek bir parçanızı bir başkasına projekte etmektir; bir paket almak benliğinizin bilinmeyen bir yanıyla temas kurmaktır. Bkz. *Hediye*.
PALTO: Sıcaklık ya da korunma. Ayrıca, duyguları örtüp gizleme, insanların gerçekte kim olduğunuzu görmelerine izin vermeme anlamına gelir.
PALYAÇO: İnsanın kendine gülebilme, her durumda mizahı

görebilme yeteneği. İnsan kahkaha ve hafiflikle daha çok öğrenir; gülmek iyileştirir. Hayatın tadını çıkarın, kendiniz olmaya cüret edin.

PAMUK: Bazı yanlarınız uyum içinde bir araya gelmektedir.

PANDORA'NIN KUTUSU: Tekâmül süreci; benliğin olumlu farkındalığının ortaya çıkabilmesi için tüm olumsuzluğu, tüm korkuları bırakmak.

PANİK: Bkz. *Korku*.

PANZEHİR: Bir yanlışlığı ya da dengesizliği düzeltir; rahatlatır ve iyileştirir.

PAPA: Spiritüel rehberlik, spiritüel öğretmen. Ayrıca, bir başkasının kurallarına göre yaşamak anlamına gelir. Kendi içsel öğretmeninize kulak verin.

PAPAĞAN: Dedikodu; her şeyi tekrar eden ve sürekli konuşan biri. Bu konuda kendinizi gözlemliyor musunuz?

PARA: Eğer bozuk paraysa, hayatınıza küçük değişiklikler geliyor demektir; eğer bu kâğıt paraysa, büyük değişiklikler anlamına gelir. Sayılara dikkat edin ve onların anlamlarına bakın. Bkz. *Sayı*.

PARA (hak etmeden kazanılan): Hayatınıza eklenen değer, ama orada gerçekten neyin bulunduğunu görmek için onun içyüzünü kontrol etmelisiniz

PARA CÜZDANI: Sizin kimliğiniz; eğer para cüzdanınızı kaybederseniz, kim olduğunuzdan emin değilsiniz demektir. Bu, gücünüzü başkalarına teslim etmeniz ya da yeni bir benlik kavramına geçmeniz anlamına gelebilir.

PARALI YOL ve KÖPRÜ GİŞESİ: Hızlı bir biçimde ilerlerken bile durup karma'nızı ödemek.

PARAŞÜT: Yardım buradadır, şimdiki deneyimlerinizde rehberlik sizi izlemekte ve korumaktadır. Ayrıca, zor bir durumdan kurtulmanızın zamanı gelmiştir.

PARFÜM: Hoşluk, lüks; düşkünlük. Bkz. *Koku*.

PARILTI: Gerçek olan ile olmayanı birbirinden ayırt etmeniz için bir sınav. Parlayan her şeyin altın olmadığını hatırlayın.

PARK: Güzellik, eğlence, canlanma yeri. Bu rüya sizin gevşemeye ve yol boyunca zaman ayırıp gülleri koklamaya ihtiyacınız olduğunu ifade ediyor olabilir. Parkın bakımlı mı olduğuna, yoksa bitkilerin birbirlerini örtecek derecede büyümüş mü olduğuna, kendinizi orada nasıl hissettiğinize, huzur mu yoksa korku mu duyduğunuza dikkat edin. Bir park genişlemiş bir esenlik ve kendini-takdir duygunuzun farkındalığını ve deneyimini yansıtır.

PARK YERİ: Bu rüya sizin park ettiğiniz ve ayağa kalkıp harekete geçmeniz gerektiği anlamına gelebilir. Ya da çok hızlı gidiyorsunuz; durup bir süre park edin, gidiş hızınızı yavaşlatın, durumu yeniden gözden geçirip değerlendirin anlamına gelebilir. Bkz. *Araba.*

PARLAMAK: Sizden dalga dalga yayılıp başkalarını size çeken parlaklık. Karizma. Gülmek. Neşelilik.

PARMAK: Takip edeceğiniz bir yönü işaret etmek. Bir sorunu kesin olarak belirtmek. Parmağınızı bir insana suçlarcasına sallamak o suçun gerçekte size ait olduğu anlamına gelir; kendi sorumluluğunuzu kabullenin.

PARMAKLIK: Derslerinize devam etmeden önce aşmanız gereken bir engel. Büyük, katı bir parmaklık sorununuzu çözmeye bir hayli düşünce harcamak anlamına gelir. Küçük bir parmaklık ya da arka tarafını görebileceğiniz bir parmaklık onun çevresinden dolaşmak, üzerinden ya da altından geçmek için daha az yaratıcı çaba gerektirecektir.

PARŞÖMEN TOMARI: Güçlü gerçekler. Sizin yaşam kitabınız.

PARTİ: İnisiyasyon, mezuniyet, kutlama. Siz yeni bir düzlüğe eriştiniz, dersinizi iyi öğrendiniz; siz ve diğerleri bu yüzden sevinç içindesiniz.

PAS: Kendi içinizde yapmanız gereken bir iş var. O unuttuğunuz nitelikleri ve yetenekleri temizleyin, parlatın.

PASAPORT: Özgürlüğe götüren bilet; siz hayatta seçtiğiniz şey olmakta ve seçtiğiniz şeyi yapmakta özgürsünüz. İstediğiniz şeyi yaratabilirsiniz.

PASKALYA: Spiritüel (özsel) olarak yeniden doğuş; sürekli bir gelişim ve tekâmül olarak yaşam ve ölüm döngüsü, Bkz. *Yeniden Diriliş*. Eğer paskalya yumurtaları ve tavşanları görürseniz, bu bir kutlamayı ve neşeyi temsil eder.

PASTA: Kutlama ve besleme. Lüks muamele, özel armağan.

PATEN: Eğer tekerlekli patenle ya da buz pateniyle kayıyorsanız, hayatınıza denge getirmek için çalışın. Siz sorumluluklarınıza yan çiziyor, belli bir durumla başa çıkmaktan kaçınıyor, işleri oluruna bırakıyorsunuz.

PATİKA: Hayattaki yönümüz. Yukarı doğru mu (doğru yönde), yoksa aşağı doğru mu (yanlış yönde) gittiğinize dikkat edin. Bkz. *Yol*.

PATLAMA: Bastırılmış olumsuz duyguların patlaması; hislerinizle yapıcı bir biçimde başa çıkmanız önemlidir. Acılarınızı görüp değişiklikler yapın. Birikimden kaçınmak için duygularınızı günbegün dile getirip boşaltın.

PATLAMIŞ MISIR: Patlamış mısır ya da mısır tanelerinin patlamaları fikirlerin genişlemesi, olumlu gelişme anlamına gelir; mısır taneleri ise potansiyelinizin henüz gerçekleşmediği anlamına gelir. Bu rüya ayrıca diyetinizde tuza ihtiyacınız olduğunu gösteriyor da olabilir.

PATRON, ÂMİR: Kendi içinizdeki eleştirmen ki o yaratıcı veya yıkıcı bir etki yapabilir. Size yararlı talimatlar veren rehberlik. Kendi patronunuzla veya âmirinizle ilişkinizin doğası.

PAZAR: Görmenin ve yapmanın yeni yollarını bulmak için dolaşmak. Muhtaç olduğunuz her şey oradadır, istediğiniz şeyi seçebilirsiniz. Benliğinizin yeni veçhelerinin farkına varmanız. Ay-

rıca bkz. *Dükkân, Mağaza.*

PAZAR GÜNÜ: Dinlenme, spiritüel (özsel) olarak canlanma. Haftanın ilk günü olarak 1 numara. Bkz. *Sayı.*

PEGASUS (Kanatlı At): İlham. Bkz. *At, Uçmak.*

PENCERE: Belli bir durumun ötesini görebilmek; genişlemiş görüş, algılama. Öbür tarafa açılan bir pencere, boyutlararası farkındalık. Pencereleri olmayan bir ev bir hapishanedir.

PENÇE: Kıskançlık, öfke ya da bir durumu çok sıkı bir biçimde tutma.

PENGUEN: Uçamayan bir su kuşu duygularla aşırı yüklü olmanızı temsil eder. Siyah ve beyaz renkleri enerjileri dengeleme konusunda, yani yin ile yang'i, dişi ile erkeği, negatif ile pozitifi dengeleme konusunda çalıştığınızı gösterir.

PENİS: Üreme, güç, saldırganlık. Nüfuz eden, fikirler aşılayan. Erkeksilik; beden ve cinsellik hakkındaki hisler. Eğer ikinci çakra, yani cinsel çakra farkındalığıyla bakılırsa, penise gerekenden daha fazla önem ve güç verildiği anlamına gelir. Bkz. *Cinsel Organlar, Vajina, Erkek, Dişi.*

PERDE: Kapalı perdeler kendinden ve başkalarından saklanma, kendini kendine ve başkalarına kapatma anlamına gelir. Açık perdeler gelişim ve tekâmül fırsatı, mevcut durumun ötesini görme fırsatı anlamına gelir. Perdenin bir şeyi örtmesi, sizin kendi veçhelerinizi gizlemekte olduğunuzu ifade eder. Kalın bir perde sizin bir yanınızı kapatmanız veya örtmeniz anlamına gelir.

PERHİZ: Bkz. *Diyet.*

PERİ: Doğa ruhu; besleyici, yararlı varlık ya da enerji.

PERUK: Gücü kullanmanın farklı yolları. Yapay bir güç kaynağı, gerçek gibi görünen bir niteliğe sahip olmamak.

PEYGAMBER: Mistik farkındalık, spiritüel rehberlik, yüksek benlik, öğretmen, bilen.

PINAR: Yaşam, spiritüel (özsel) güzellik; yükseltici, canlan-

dırıcı, şifalandırıcı güçler.

PIRLANTA: Saf ruhun ya da benliğin birçok fasetası. Her bir öğrenim deneyimi, özellikle her yedi-yıllık döngü sizin bir başka fasetanızı parlatmanızı sağlar.

PISIRIKLIK: Olağanüstü güçlerinizi serbest bırakın.

PİJAMA: Yatak odasında oynadığınız rol. Ayrıca, uykuya ve canlanmaya ihtiyacınızın olması. Bkz. *Yatak*.

PİKE YAPMAK: Aceleyle yanlış yönde gidiyorsunuz. Durun, dönün ve yukarı doğru uçun.

PİKNİK: Oyun oynayarak ve gevşeyip rahatlayarak kendinizi besleyin.

PİL, AKÜ: Yaşam kuvveti ya da enerjisi, Tanrı-benliğe bağlanmak. Meditasyon yoluyla düzenli olarak şarj olmanız bataryanızı dolu tutar: Enerji yoksa içgörü de yoktur.

PİLİÇ: Genellikle mizahi bir biçimde sunulur: Kılıbıklık ya da gücünü başkasına teslim etmek anlamına gelebilir. Korkak ve havai, kendine güvenmeyen; yüreksiz, sorunların üzerine gidip onları çözemeyen. Bkz. *Tavuk*. Ayrıca, *Yiyecek*.

PİLOT: Hayattaki yolculuğunuza rehberlik eden yüksek benliğiniz, rehberlik, Tanrı. Pilot siz misiniz, yoksa bir başkası mı sizi götürüyor? Bir uçak pilotu sizin spiritüel (özsel) taşıtınızı yönetir; bir deniz kaptanı ise duygusal geminizi yönetir.

PİPO İÇMEK: Pipo içmek gevşeyip dinlenmeyi ifade eder. Bkz. *Sigara*.

PİRAMİT: Mistik güç, inisiyasyon. Siz iyi bir şey yaptınız, büyük bir sınavı geçtiniz.

PİRİNÇ EŞYA: Parlatılıp ışığını yayana dek kararabilecek olan içsel benlik.

PİTON: Her türlü yılan içinizdeki kundalini gücünün ya da yaşam kuvvetinin bir sembolüdür. Eğer bir piton sizi sarmış ve sıkıştırıyorsa, spiritüel yolculuğunuz sizi boğuyor, dengenizi yitirmişsiniz demektir. Spiritualite fikrine bu kadar sarınıp

sarmalanmayın. Fiziksel, zihinsel, duygusal ve özsel (spiritüel) enerjilerin hepsi büyük bir kozmik enerjinin bir parçasıdır. Siz dünyadan ayrılmadan önce bu konuda dengeye kavuşmalısınız. Bkz. *Yılan*.

PİYANGO TORBASI: Önünüzde neyin bulunduğunu bilmemek. Hayatta elde ettiğiniz şeyle devam etmek.

PİYANO: Uyum, denge, yaratıcı ifade. Eğer piyano akortsuzsa, bu kendinizle, çevrenizde olup bitenlerle uyum içine girmeniz gerektiğini ifade eder. Gam'daki sekiz nota spiritüel farkındalığı ve yükselişi temsil eder. Bkz. *Müzik*.

PİYES: Bir piyesi izlemek kendi hayatınızı izlemektir. Piyesin yazarının, yönetmeninin ve yapımcısının kendiniz olduğunu hatırlayın; eğer gördüğünüz şeyden hoşlanmıyorsanız, senaryoyu değiştirmekte veya tamamen yeni bir drama üretmekte özgürsünüz. Eğer siz bir oyunda oynuyorsanız, bu yaratıcı enerjilerinizi oluşturup gevşemenizi, rekabeti ve mücadeleyi unutmanızı ifade eder.

PLÂK: Aynı eski nağmeleri, eski programları çalıyor, kısır bir döngü içinde dönüp duruyorsunuz. Hiçbir ilerleme kaydetmiyorsunuz; kırık bir plâk gibi ses çıkarıyorsunuz. Numaralarınıza bakın, meditasyon yapın ve bilincinizi yükseltin ki kendi içsel müziğinizi dinleyebilesiniz.

PLANÖR: Desteklenmiş serbest uçuş. Değişim rüzgârları üzerinizde bulunuyor; onların içinden geçebilir, yolculuk yapabilirsiniz, ama onları değiştiremezsiniz. Eğer gevşer ve kendinizi akışa bırakırsanız, bu kolay ve basit bir yolculuk olur. Bkz. *Uçak*.

PLASENTA: Bir tekâmül deneyiminin sonucu; bir amaca hizmet etmiş olan, ama artık gerekli olmayan bir şey. Öğretici durumun özünü alıp geriye kalan her şeyi bırakın.

PLASTİK: Yapay; esnek; uyarlanabilir, duyarsız.

PLATFORM: Gerçek denge ve rasyonellik için gereken temel.

POLEN: Bir şeyi çevreye yaymak, paylaşmak; yeni fikirlerle

dolu olmak. Ayrıca, rahatsız edici olmak.

POLİS: Size bir yardım sunulmaktadır; spiritüel rehberlik.

POLİSİYE FİLM: O sizinle başlar ve devam eder. Geriye dönüp baktığınızda, hayatınızdaki olayları, dramları, savaşları, hatta iyi zamanları nerede sizin başlattığınızı göreceksiniz.

POLİTİKACI: Rüyanın içeriğine bağlı olarak, spiritüel rehberlik anlamına gelebilir. Ayrıca, birisi ya da benliğinizin bir yanı size belli bir davranış biçimini kabul ettirmeye çalışıyor, mevcut birçok olasılığı hesaba katmıyorsunuz anlamına da gelebilir.

POPO: Durun, oturun ve sorunla yüzleşin.

PORNOGRAFİ: İşlev yapan bir ikinci (cinsel) çakranın yerine geçirilen şey. Başkasıyla yakınlık kurma veya ona bağlanma korkusuna dayanıyor olabilir.

PORTAKAL: Kendinizi besleyin. Bu rüya portakaldaki besinlere ihtiyacınız olduğunu ifade ediyor da olabilir. Bkz. *Yiyecek*.

PORTATİF ÇOCUK PARKI: Düzenli olarak bir oyun zamanına ihtiyacınız var; onu programınıza dâhil etmelisiniz.

PORTRE: Kendinizi nasıl gördüğünüz. Eğer portreyi tanımıyorsanız, bu henüz bilinçli düzeyde bilmediğiniz bir veçhenizdir. Bu, sonraki rüyanın özellikle önemli olduğu ve doğrudan yüksek benliğinizin ya da ruhsal rehberliğinizin verdiği bir mesajı getireceği anlamına gelebilir.

POSTA: Mesajlar. Bkz. *Mektup*.

POSTA KODU: Adres, kimlik, köklenme; yer. Rüyanın anlamını anlamak için sayıları toplayın. Bkz. *Sayı*.

POSTACI: Genellikle iyi karşılayacağınız haberler ya da mesajlar gelmektedir.

POSTER: Bkz. *Reklâm Panosu*.

PRENS: Bkz. *Erkek*.

PRENSES: Bkz. *Dişi*.

PREZERVATİF: Bkz. *Hamileliği Önleyici Gereç*.

PRİZ: Daha fazla enerji için güç kaynağına bağlanın. Meditasyon, bataryalarınızı yeniden doldurmak için kullanabileceğiniz bir araçtır.

PROFESÖR: Hepimizin içinde bulunan bilge öğretmen. Onu dikkatle dinleyin.

PROGRAM: Kendinize empoze ettiğiniz, sizi sınırlayan kısıtlamalar; daha yavaş gidip her şeyi doğru yapmanız daha önemlidir. Kişisel tekâmülünüz için doğru seçimler yapmayı ya da en iyi kozmik programa uymayı istememek. Hedeflere erişmek önemlidir, ama eğer o derslerinizi öğrenmenizin yerini alıyorsa, gerçekten önemli değildir.

PROVA: Büyük sınavdan önce, spiritüel olarak öğrendiğiniz her şeyi gözden geçirmek.

PSİKOANALİST: Kendinizi incelemeye, kendi içinize bakmaya ve yeni keşiflerde bulunmaya ihtiyacınız var. Kendinize karşı nazik ama dürüst olun; olumsuz, sınırlayıcı kavramlardan kurtulun ve kendini-gerçekleştirmenin daha yüksek düzeylerine doğru açılın.

PSİKOLOG: Benliğinizin bilge, anlayan yanı.

PSİŞİK: Tüm insanlar psişiktir, öyleyse siz kendi yeteneklerinize uyumlanın; istediğiniz şeyi tezahür ettirin, yaratın.

PUDRA: Eğer bu bir karışımsa, içerdiği maddeye göre tıbbi (talk pudrası) ya da besleyici (pudra şekeri) olabilir. Eğer bu bir yüz makyajıysa, gizlemeyi, içinizdeki güzelliği görememeyi ifade eder.

PUL: Bkz. *Damga, Damga Pulu.*

PUS: Zihinsel bulanıklık, net bir biçimde görememek veya ileriyi görememek. Düşük enerji.

PUSULA: Durup hayattaki yönünüzü bulun. Eğer kendinizi kaybolmuş hissediyorsanız, içsel duyumunuza, içsel yolunuza uyumlanın, o zaman yolunuzu, yönelmeniz gereken yönü bulacaksınız. Bkz. *Kuzey, Güney, Doğu, Batı.*

PUT: Yanlış değerlere ve fikirlere tapınmak.
PUTPEREST: Benliğin terbiye edilmemiş yanı; kadim putperestlerin sahte tanrılara tapınmaları gibi, enerjinin yanlış anlaşılması ve yanlış kullanılması.
PÜSKÜLLER: Kendi içinde düğümlenmiş olmak. Ya da güzellik veren ekstra bir şey, dekoratif bir şey.

R

RADAR: Enerji, içgörü, uyumlanma, sezgi.
RADYO: Ruhsal rehberliğinizden gelen iletişim; yüksek benlikten gelen mesaj.
RAF: Hayatınızda şu anda yeri olmayan bir fikri ya da bir şeyi rafa kaldırmak.
RAHİBE: Öğretmen; kendi içinizdeki spiritüel nitelikler. Bekârlık (cinsel ilişki kurmamak). Eğer rahibe siyahlar giyinmişse, bu kendinizi maddi dünyaya kapatma, ayrıca insanlarla aranıza bir duvar çekme anlamına gelir. Siyah renk enerjinin önünü keser ve çakraları kapatır.
RAHİM: Güvenlik, hiçbir sorumluluk üstlenmeden beslenme. İnsan sorumluluk üstlenmeden bağımlı olma haline asla geri dönemeyebilir; ama yaratıcı güçteki güvenliği ve içindeki Tanrı-benliğin sevgi dolu korumasını fark edebilir.
RAHİP: Yüksek benlik, ruhsal öğretmen, ruhsal rehberlik. Bkz. *Keşiş*.
RAHMİN AMELİYATLA ALINMASI: Annelik rolünü bırakıp yeni bir tekâmül aşamasına geçmek.
RAKUN: Başkalarının niyetlerinizi görmelerine izin vermek istememeniz, tamamen dürüst olmamanız. Gözler berrak bir biçimde görmektedir, ama başkalarının görmemeleri için maskelenmiştir.
RAYLAR: Takip edilecek tekâmül yolu. Bu rüya sizin o yolda kalmanız, o yoldan ayrılmamanız gerektiği anlamına gelir. Bkz.

Demiryolu.

REÇETE: Bir sorunun çözümü; berraklığa kavuşmak.

REFAH: Bir rüyada malî durumunuz hayatınızın kalitesini yansıtır. Herkes bolluğa sahip olma konusunda Tanrı-vergisi bir hakka sahiptir, ama bazen başarı korkusu ona sahip olmanızı engeller. Siz hayattan tam olarak hak ettiğinizi düşündüğünüz şeyi alırsınız.

REHABİLİTASYON: Olumsuz düşünce ve eylemle beden, zihin ve öze (spirit) verilen zararı gidermeye çalışmak

REHBER, REHBERLİK: Hayat yolunda size yol gösteren, rehberlik eden yüksek benliğiniz ya da gelişkin varlıklar veya mistik öğretmen.

REHİNE: Benliğinizin reddettiğiniz ya da hapsettiğiniz yanı.

REKLAM PANOSU: Bkz. *İlân Panosu.*

RENK: Titreşim hızı, enerji alanınızın içindeki uyum. Renklerin farklı titreşimleri, özellikleri vardır ve farklı farkındalık düzeylerini temsil ederler. Siz kendi enerji alanınıza uyum sağlayan renkleri giymeyi seçersiniz. Değişik renkler şu nitelikleri ifade eder:

Kırmızı - enerji.
Pembe - sevgi.
Turuncu - enerji, huzur.
Sarı - huzur.
Yeşil - şifa, gelişim.
Mavi - spiritualite.
Turkuaz - şifa, spiritualite.
İndigo - spiritualite, ilahî koruma.
Menekşe, mor - bilgelik, bilgi, ilahî koruma.
Gri - korku.
Siyah - bilinmeyen, bilinçdışı.
Beyaz - gerçek, saflık.
Kahverengi - köklenme.

Altın rengi - Mesih ışığı, tanrısal bilinç.
Gümüş rengi - spiritüel koruma, gerçek.

Bazı renklere ayrı olarak da yer verilmiştir.

RESİF: Tekâmülün önündeki bariyer. Ayrıca, duygusal sularda yüzerken korunma.
RESİM: Bkz. *Fotoğraf.*
RESİM YAPMAK: Bir resim yapmak kendinizi yaratıcı bir biçimde ifade etmenin yeni bir yoludur. Kullandığınız renge dikkat edin.
RESTORAN: Bkz. *Lokanta.*
RETRO: Eğer geçmişte yaşıyorsanız, şimdi olup bitenleri kaçırıyor olabilirsiniz.
REVERANS YAPMAK: Bkz. *Başını Eğerek Selamlamak.*
RIHTIM: Duygusal yaşam denizlerinde bir dinlenme yeri; geçmişi değerlendirip gelecekteki eylem yolunu saptayabileceğiniz güvenli bir yer. Bkz. *Liman.*
RİSK: Bir korkunuzla yüzleşmek; tekâmül etme, kendini bilme fırsatı. Bkz. *Tehlike.*
RİSK ALMAK: Tedbirli olun. Gittiğiniz yönü dikkatle inceleyin.
RİTİM: Rüyanın temposu nasıldı, hızlı mı yavaş mı? Bu tam bilince erişme hızınızı size gösterecektir.
ROBOT: Akıldan yoksun olmak; hayata duygusuz, mekanik karşılıklar vermek.
ROKET: Spiritüel tekâmül, sınırsız potansiyel. Eğer roket fırlatılıyorsa, siz farkındalığın yeni yüksekliklerine çıkıyorsunuz demektir. Ayrıca, güç. Bkz. *Uçak.*
ROKETİ UZAYA FIRLATMAK: Yeni bir serüvene çıkmak, kendini keşfetme yolculuğuna çıkmak; bir hedefe yönelmek. Bkz. *Gemiyi Suya İndirmek.*
ROMATİZMA: Kendinizi kapatmanız, sözlü iletişimde bulunmamanız, iletişiminizi bastırmanız. Tutumlarınızda esneklikten

yoksun olmanız ve hareket etmek istememeniz. Fikirlerinizi inceleyin ve gevşeyin.

RÖNTGEN ÇEKMEK: Nüfuz etme, odaklanmış enerji; elektromanyetik ışıma. Daha berrak bir biçimde içinize bakmak. Kendi içinize bakın; durumların yüzeyinde kalmayın. İçgörü için daha büyük bir derinlik gerekir.

RÖPORTAJ YAPMAK: Bazı yanlarınız hakkında daha çok şey keşfetmeniz ya da bilincinizin ayrı veçhelerini bütünleştirmeyi öğrenmeniz anlamına gelir.

RUH: Rüyada görülen ruh sizin kendinize ve başkalarına karşı şefkat ve sevgiye sahip olduğunuzu gösterir.

RUH ÇAĞIRMA SEANSI: Psişik düzeye saplanıp kalarak tekâmül amacından sapmak. Doğaüstü olaylar ve ruhlarla temas kurmak sizin daha iyi bir yaşam sürmenize yardımcı olmaz.

RULET: Şansını denemek. Verdiğiniz kararlara, ne yapmakta olduğunuza bakın; siz bir kumar oynuyorsunuz ve sonuçta kendinizi olmak istemediğiniz bir yerde bulabilirsiniz. Elinizden gelenin en iyisini yaratmanın sorumluluğunu üstlenin. Karma çarkı. Bkz. *Karma*.

RUTİN: Siz alışkanlıklara, inançlara, programlara saplanıp kalmışsınız; can sıkıntısı. Uyanın ve o rutinin dışına çıkın.

RÜYA: Rüyanızda rüya gördüğünüzü görmeniz rüya hali içinde daha fazla farkındalığı gösterir. Rüya gördüğünüzü fark ettiğinizde, kontrolü ele alıp kendinizle ilgili içgörü edinmek için her türlü soruyu sorabilirsiniz. Bu, bilinçli zihnin müdahalesi olmadan kendinizle ilgili bilgi edinmek için büyük bir fırsattır.

RÜZGÂR: Değişiklik. Güçlü rüzgâr büyük değişikliklerdir; hafif rüzgâr küçük değişikliklerdir.

S

SAAT: Kaybedecek vaktiniz yok, hayatınızla ilgilenin. Bu tümüyle zamanlamaya bağlıdır. Rüyanızda saatin kaçı gösterdi-

ğine dikkat edin. Bkz. *Sayı*.

SABAN: Eğer toprağı sabanla sürüyorsanız, yeni bir gelişime hazırlanıyorsunuz demektir. Yeni deneyimlere hazırlanmanız, hazır olmanız gerekmektedir.

SABOTAJ: Başarılı olmamızı ve gelişmemizi engelleyen, kendimize zarar verici eğilimler.

SABUN: Davranışınızı arındırın. Bedeninizi, zihninizi ve/veya özünüzü (spirit) temizleyin. Düşüncelerinizi ve tutumlarınızı arındırmaya zaman ayırın.

SAÇ: Tepe çakrasından ya da yüksek spiritüel merkezden akan güç; saç ne kadar uzunsa güç o kadar çoktur. Eğer bu beden kılıysa, korunma ve sıcaklık anlamına gelir.

SAÇINI FIRÇALAMAK: Kendimizi enerjimize mal olan sorunlardan ayırmak. Enerjiyi düzenlemek. Bu ayrıca bazı şeyleri bir kenara bırakmak anlamına da gelebilir. Siz bazı şeyleri önemsemeden bir kenara bırakıyor olabilirsiniz.

SAFARİ: Bilinçdışı ya da gizli veçhelerinizi araştırmanız. Eğer safaride hayvanlarla karşılaşmışsanız, *Hayvan* maddesine ya da belli hayvanlara bakınız.

SAĞ: Herhangi bir şeyin sağ tarafı vericiliği, yaratıcılığı, sezgiyi, Tanrı farkındalığını gösterir. Doğru yönde ilerlemek.

SAĞANAK: Bkz. *Fırtına*.

SAĞIR: Kulaklarınızı gerçeğe kapatmanız. Siz işitiyor ama anlamıyorsunuz ya da o değişim ve tekâmül konusunda sorumluluk üstlenmeniz anlamına geldiğinden dinlememeyi seçiyorsunuz.

SAHİL: Bkz. *Kumsal*.

SAHNE: Hayat sahnesi. Kendinizi başkalarına nasıl sunduğunuz ya da gösterdiğiniz; inançlarınız, tutumlarınız, davranış tarzınız. Roller her zaman değişebilir. Şimdiki performansınız. Bkz. *Aktör*.

SAHNEYE TEKRAR ÇAĞRILMAK (Bis Yapmak): Harika

ve gurur duyulacak bir şey yaptınız. Onu tekrar yapabilir misiniz?

SAHTE GÖRÜNÜM: Kendi kendinizden gizlenmeniz; dünyaya sunduğunuz maske ya da kabuk. İçsel kaynaklar ve kuvvetler yerine, dışsal değerlerle özdeşleşmeniz.

SAHTE ŞEY: Tanrısal, özsel (spiritüel) benlik yerine egoyla özdeşleşme. Olmadığınız bir şeymişsiniz gibi davranmanız; kendi yarattığınız durumlardan ötürü başkalarını suçlamanız. Korku yüzünden gerçek benliğinizi gizlemeniz. Bkz. *Maske, Sahte Görünüm.*

SAKAL: Kuvvet, bilgelik, erkeklik. Bkz. *Saç.*

SAKARLIK: Sakarlıklarınıza gülüp geçerek kendinizi rahatlatmalısınız.

SAKAT: Bkz. *Sakatlık.*

SAKATLIK: Sakatlığın türüne bağlı olarak, insanın potansiyelini fark etmeyerek ya da kendini dürüstçe incelemeyerek tekâmülünü sınırlaması anlamına gelir. Bkz. *Deformasyon.*

SAKIZ: Mizahi olarak kullanıldığında, sizin yapışkan bir durumda bulunduğunuz, adımınızı attığınız yere dikkat etmeniz, yoksa saplanıp kalacağınız anlamına gelir.

SAKLANMAK: Durumlarla başa çıkmaktan korkmak, kendine karşı dürüst olmamak. Bkz. *Münzevi.*

SAL: Duygusal sularda bulunuyorsunuz ve durumunuz sallantılı olabilir. Bkz. *Tekne.*

SALGIN HASTALIK: Zihninizi, bedeninizi ve özünüzü (spirit) korumak için bağışıklık sisteminizi güçlendirmeniz gerekiyor.

SALLANMAK: Beden, zihin ve özde (spirit) merkezlenmek için enerjiyi yükseltmenin yumuşak yolu.

SALYA: Genellikle, hayatınızdaki bir projeye başlamakta, bir duruma girmekte çok istekli ve hevesli olduğunuzu gösterir.

SALYANGOZ: Bir salyangozun hızıyla sürünerek ilerlemek;

gelişme ve derslerini öğrenme konusunda iyi bir ilerleme gösterememek. Kabuğunuzu kırın ve ilerleyin.

SANAT: Bilinçdışı potansiyel, yetenekler. İlişkiler, müzik, yazma, resim yapma ya da herhangi bir sanat biçimi ile yaratıcı ifade. Yaşama sanatı; kendinizi nasıl ifade ettiğiniz. Yaratıcı benliği daha tam biçimde geliştirin ve deneyimleyin.

SANCAK: Bkz. *Bayrak*.

SANDALYE: Tutumlarınız, hayattaki pozisyonunuz; kendinizi nasıl gördüğünüz, kimliğiniz. Ayrıca, rahatlık ve merkezlenme, özellikle bu sallanan bir sandalye ise; sallanma hareketi enerjiyi yükseltir ve merkezlendirir.

SANDIK: Eski inanç sistemlerini bırakmalı, onlardan kurtulmalısınız. Bkz. *Bavul*.

SARAY: Kendi içinizdeki sihirli krallık; büyük ihtişam ve potansiyel.

SARHOŞ: Durumları berrak bir biçimde görememek, siz kendi kendinizi uyuşturuyorsunuz. Bkz. *Alkol*.

SARI: Huzur, uyum. Eğer yüzünüz sararıyorsa, bu korkuyu gösterebilir. İnançlarınızın verdiği cesaretten yoksun olmak.

SARILMA: Rahatlatma. Kendini sevip besleme. İyileşme.

SARKAÇ: Duygu ve düşüncede bir aşırı uçtan diğerine bir sarkaç gibi sallanıyorsunuz, hayatınızı dengeleyin. Meditasyon yaparak etki-tepki kalıbından kurtulun; hiçbir oyuna kapılmadan kendinizi ve diğerlerini gözlemleyin.

SARP KAYALIK: Eğer sarp bir kayalıktan yukarı doğru tırmanıyorsanız, bu hayat yolunda büyük ilerleme gösterdiğinizin; eğer aşağı iniyorsanız, acele içinde yanlış yolda olduğunuzun göstergesidir.

SATICI: Değişikliklere, yeni fikirlere, durumlara yeni bakış biçimlerine açık olun. Ayrıca, bir başkasının sattığı şeyi almamak için sizin açınızdan neyin doğru olduğunu iyice anlayın.

SATIN ALMAK: Bkz. *Dükkân*.

SATIR: Kendiliğinden yok olmayacak inatçı bir yanınızı kesip atmak.

SATMAK: Kendinizi bir karar vermeye, eyleme geçmeye teşvik etmeniz. Bu rüya ayrıca kendinizi ucuza sattığınız, taviz verdiğiniz anlamına da gelebilir. Bkz. *Satıcı*.

SATRANÇ: Yaşam oyunu. Rekabet, yenilgi ve zaferin giriftlikleri. Gidilecek daha kolay bir yol vardır.

SAVAŞ: Kendinizle savaşmanız, bazı yanlarınızı reddetmeniz. Tüm veçheleriniz, akıl-sezgi, erkek-dişi, beden-zihin-öz (spirit) uyum içinde çalışmalıdır. Dengeye, bütünleşmeye ihtiyacınız var. Bkz. *Vahşi Savaşçı*.

SAVAŞ OYUNU: Sizin yıkıcı bir oyun oynamanıza neden olan içinizdeki savaş.

SAVCI: Evrensel yasaların danışmanı; spiritüel rehberlik. Evrensel yasalar ile beşeri yasalar arasındaki farklılıkları görüp anlayın.

SAYDAM: Berrak, kolayca anlaşılan. Işığı, enerjiyi kolayca algılanacak şekilde geçirir.

SAYFA: Boş bir sayfa hayatta hiçbir şey yapmadığınız anlamına gelir. Bir sayfayı okumak ise yaşamınızın kaydını bir an için görmek anlamına gelir. Bkz. *Kitap*.

SAYI: Her sayının spiritüel bir anlamı, özel bir titreşimi, size vereceği sembolik bir mesajı vardır.
(Örnek: 28=2+8=10, 1+0=1). Bireysel sayıların anlamları:

1 - Yeni başlangıçlar, Tanrı ile bir'lik, hayatın birliği.

2 - Erkeksi ve kadınsı enerjilerin dengesi; ya da bir yaşam alanında dengeye ihtiyaç olması.

3 - Teslis, zihin-beden-öz (spirit) uyumu; rüyanın spiritüel bir mesajı vardır.

4 - Enerjileri bir partnerle dengeleme; kusursuz bir denge içinde gelişme. Bire-bir ilişki. Tüm varlıklar, şu ya da bu hayatta, sevgilileriyle enerji alışverişinin esrimesini de-

neyimlemelidirler. Eğer bir ilişkide veya evlilikte kalpten kalbe yaşanan bir doyum hissedilmiyorsa, o gerçek bir birlik değildir.

5 - Değişim. Şimdi ya da çok yakında bir değişim gerçekleşecek. Eğer bir şey yürümüyorsa, onu değiştirecek güce sahipsiniz.

6 - Spiritüel rehberlik, Büyük Beyaz Kardeşlik (gerçeğin öğretmenleri); 6 uçlu yıldız insanın -kalbin üzerinde 3 çakra ve aşağısında 3 çakra olmak üzere- kusursuz dengesini simgeler.

7 - Başlangıçları ve bitişleri, gelişim ve tekâmülün döngüsel dönemlerini işaret eden mistik sayı: 7 çakra, Dünya'nın 7 günde yaratılması, cennetin 7 katı; her 7 yıl bir ölüm ve yeniden doğuş döngüsüdür. 7 hem şans getiren hem de mistik bir sayıdır. 7, çakraların dengesini de ifade eder. Son olarak da, o hayatın bilmecelerini çözmek için kendi içinize dönmenizi işaret eder.

8 - Para, güç, itibar. Ayrıca, kozmik bilinç (çevrenizde olup bitenleri bilmek). Bir rüyada 8 sayısı nadiren görülür, eğer görürseniz iyi durumda olduğunuzu bilin.

9 - Tamamlanma. Derslerinizi öğrenmek. Eskinin bitişi.

10 - Deneyimde yeni bir başlangıç, daha yüksek bir anlayış frekansı.

11 - Benliğinizin dinamik dengesini yaratıcı biçimde ifade etme gücü. 11=2 olarak düşünüldüğünde, erkeksi girişken ve kadınsı yaratıcı enerjinin dengesi anlamına gelir. Ayrıca bu çalışma/oyun ve sol-beyin/sağ-beyin dengesini ifade eder. Ana sayı.

12 - 12 havari, 12 ay, zodyak'ın 12 burcu olarak güçlü enerji birimi. Gelişme ve tekâmül etme döngüsü. Ayrıca, 3'ün, teslisin anlamı.

22 - Dengenin, kendinizle ve başkalarıyla bütünleşmenin

spiritüel ifadesi; 4 sayısının daha yüksek düzeyi, ana sayı.

33 - Spiritüel öğretmen; çifte teslis; ana sayı.

40 - Mistik enerji; enerjiyle tamamen dolmak, bedenin yenilenmesi için gereken zaman; daha yüksek bir algılama ve idrake doğru değişim. Ayrıca, dinlenme, gelişme, temizlenme ve arınma dönemi.

0 - Daire olarak bütünlük, kusursuzluk.

SEBZE: Ekilmiş olanı biçmek; bedendeki denge ve sağlık. Bkz. *Yiyecek*.

SEFAHAT: Benliğin birçok yanının karışıklık içinde birleşmesi, bunun da enerji israfıyla sonuçlanması. Cinsel enerjinin birçok yöne dağılması; enerjinizin tükenmemesi için durup enerjilerinizi merkezlendirin. Aşırı düşkünlük.

SEKOYA AĞACI: En yüksek enerjili ağaç; güç, kuvvet, bilgelik. Fiziksel realitede köklenmek, ama aynı zamanda göklere ya da yüksek benlikten gelen bilgeliğe uzanmak. Bkz. *Ağaç*.

SEKRETER: Benliğin yardımcı olan, verimli yanı. Bu aşırı iş yükünü veya organizasyonsuzluğu yansıtıyor olabilir; sizin bir sekretere, yani önceliklerinizi belirleyebilmeye ve yapılması gereken şeyi yapabilmeye ihtiyacınız vardır.

SEL: Duygulara boğulmak. Bkz. *Afet*.

SEMAVÎ: Yıldızlara uzanmak. Hayatta neyi elde etmek istediğiniz, ne istediğiniz konusunda düşüncelerinizi netleştirin. Hepsi orada sizi beklemektedir.

SENARYO: Hayatta oynadığımız roller. Siz yaşam öykünüzün aktörü, yazarı, yapımcısı ve yönetmenisiniz. İstediğiniz zaman bu senaryoyu değiştirebilirsiniz. Bir şeyler yolunda gitmiyorsa, senaryoyu değiştirin.

SENTAUR (yarı insan yarı at bedenli varlık): Hayvani, içgüdüsel doğa; yüksek anlayıştan çok içgüdüyle davranmak. Eğer o bir cinsel ilişki içinde görülüyorsa, bu gerçek bir sevgiden çok cinsel bir yönelimi ifade eder. Ayrıca, daha yüksek ve

daha düşük doğalarınızı bütünleştirme, fiziksel ve spiritüel enerjiyi birleştirme ihtiyacının farkındalığı anlamına gelir.

SEPET: Sahip çıktığınız programlar, fikirler ve inançlar.

SERA: Bir gelişme ve aydınlanma kalıbı geliştirmek ve onu beslemek.

SERAP: Kendiniz ya da başkaları hakkında yanlış bir inanç. Egonun projekte ettiği illüzyonlar.

SERVET: Bilgi, bilgelik, anlayış, yaratıcı güç. Arzu ettiğiniz hedeflere erişmenizi sağlayacak fikirler serveti içinizdedir.

SES: O sesi çıkarın, konuşun, genişleyin, içinizde tutmayın. Size boş yere bir ses verilmedi. Eğer rüyada bir şarkıcı olduğunuzu görürseniz, siz çevrenize uyum yayıyorsunuz demektir.

SES SINAVI (operaya, koroya girmek için): Özgüven, kendinizi sınayıp neler öğrenmiş olduğunuzu anlamaya gönüllü olmanız. Yeni bir parçayı denemek kendinizi yeni deneyimlere ve rollere açmak anlamına gelebilir.

SESLİ MESAJ: Sizden size gelip giden mesajlar.

SESSİZLİK: Tanrı ile iletişim kurmak. Bir gürültü sürüp giderken bu özel zamanı yaşayamazsınız.

SEVGİ: Tanrı sevgidir. O, evrendeki en büyük güçtür. Siz daha çok sevdikçe, kendi içinizde daha fazla derinlikler açarsınız.

SEVGİLİ: Kendi içinizde erkeksi ya da kadınsı nitelikleri bütünleştirmeniz. Sevgi, sıcaklık, beslenme, kendini kabullenme, takdir edilme arzusu.

SEVGİLİLER GÜNÜ: Kendi kendinizin sevgilisi olun.

SEVİŞME: İçinizdeki enerji alışverişinin başka bir veçhesi.

SEYAHAT: Bkz. *Yolculuk*.

SEYRETMEK: Bkz. *İzlemek*.

SEYYAH: Bkz. *Gezgin*.

SEZGİ: Kendi kozmik güçlerinizle evrenin doğasını anlama yeteneği. Görecek gözlere ve işitecek kulaklara sahip olmak; insanın yanıtlar için kendi içgüdüsel hislerine güvenmesi.

SFENKS: Henüz ifade edilmemiş mistik uyanış; o, anlayış yoluyla kendi içinizde uyandırılmalıdır. Ayrıca soğuk, katı, ifadesiz: Canlılıktan yoksunluk, taşa dönüşmüşlük.

SICAK: Bu uyurken çok fazla örtünmenizden kaynaklanan basit bir rüya olabilir. Ayrıca, hayatınızda soğukkanlı duygusal yaklaşımı gerektiren gerilimli bir durum; siz kızgın sularda bulunuyorsunuz. Bkz. *Sıcaklık*.

SICAKLIK: Güçlü duygular, arzular, tutku; hararetli bir tartışma ya da heyecan içinde olmak. Bkz. *Sıcak, Soğuk*.

SIĞINAK: Güvenlik ve iç huzuru.

SIHHİ TESİSAT: İçsel temizlenme ve boşalım sistemi. Eğer tıkanmışsa, siz duygularınızı bastırıyor, davranışınızı arındırmaktan kaçınıyorsunuz demektir.

SINAV: Gelişme ve öğrenme fırsatı. Hayatınızda bir sınavdan geçmekte olmanız. Dersin ne olduğunu görmek için objektif kalmanız gerekiyor. Olumsuz gibi görünen durumlar bile, olumlu dersi görüp onları aşabileceğiniz farkındalık sınavlarıdır.

SINIF, DERS: Yeni bir ders öğrenmek. Hayatta belli bir ders almak. Kaçıncı sınıf olduğuna dikkat edin. Bkz. *Okul*.

SINIR: Sınırlar koymanız. Sizin için neyin doğru ya da yanlış olduğunu bilmeniz.

SIR: Bildiğiniz, ama kabullenmek veya paylaşmak istemediğiniz bir şey. Sizin seçiminizle farkındalığınızdan gizlenmiş olan bir şey. Tüm sırlar sizin içinizdedir, ama siz yanıtı samimiyetle sormalı ve onu duymayı gerçekten istemelisiniz

SIRA, BANK: Dinlenip rahatlama yeri, kendinize dinlenme zamanı tanıyın. Bkz. *Sandalye*.

SIRT: İnsan sırtı omurgayı, yani kundalini yaşam kuvvetinin ileticisini barındırır; sırtın dik, eğik, zayıf ya da güçlü olması günlük hayatınızda spiritüel gücü nasıl kanalize ettiğinizi gösterir. Belli bir durumda karakter gücünüzü ya da tutumunuzu gösterir: Omurgasız, zayıf, güçlü. Ayrıca, hayatta şimdi ar-

kanızda bulunan bir şeyi gösterir; sırtınızı döndüğünüz bir yanınızı. O yanınıza arka çıkmanız anlamına da gelebilir.

SIVI: Akıcılık, yeni koşullara uyum sağlayabilmek; birçok şekil alabilme yeteneği. Duygusallık, teslimiyetçilik, istikrarsızlık.

SIVIYAĞ: Yağlayıcı, sağlıklı etki. Enerji. Yağ ile meshedilmek büyük bir kutsama almaktır. Ayrıca, bu kaypak bir kişi anlamına da gelir.

SIZINTI: Duygular, adeta damla damla, siz fark etmeden sizi etkilemeye başlıyor.

SİGARA: Bir bebeğin emziğine benzer bir yatıştırıcı. Ona kendi verdiğiniz değerin (örneğin, sinirli enerjiyi sakinleştirme) dışında değersiz olan bir şey. Gerekli olmayan zararlı bir etki. Değersiz bir araç.

SİĞİL: Artık gerekmeyen ve kesilip atılabilecek bir şey. Benliğinizin gelişiminiz için gerekli olmayan duyarsız, nasır tutmuş yanı.

SİHİR: Çevrenizde korku ve merakla karışık bir saygı yaratmak. Siz sihirbazsınız. Siz yaratıcısınız.

SİHİRBAZ: Kendini ya da bir başkasını aldatmaya çalışmak; bir hayal dünyasında, illüzyonlar içinde, oyunlar oynayarak yaşamak. Ya da, bu rüya enerjiyi dönüştürebilen, içsel ve dışsal evrenleri eşit derecede yakından tanıyan ve onları kontrol edebilen Tarot büyücüsünü temsil ediyor olabilir. Eğer bir şapkadan bir tavşan çıkardığınızı görürseniz, bu kendinizi bir durumdan çıkarmak için ustaca bir fikre ihtiyacınız olacağı ve bunu yapabileceğiniz anlamına gelir.

SİLAH: Enerjinin kötüye kullanılması; savunma, kontrol, manipüle etmek için kullanma. Sözler de silah olabilir. İçgörü ve sevgi istediğimiz türde dünyayı yaratmak için muhtaç olduğumuz yegâne silahlardır.

SİLAHLA VURMAK, VURULMAK: Birisini silahla vurmak ya da vurulmak kendi veçhelerinize zarar vermek ya da onları

yok etmektir. Enerjinizi veya yaşam kuvvetinizi yitirmek. Bir hedefi vurmak bir hedefi belirlemektir. Bkz. *Öldürmek, Avlamak.*

SİLAHLI KUVVETLER: Eğer rüyada gördüğünüz kişi bir subaysa, bu ruhsal rehberliği temsil eder. Eğer bu askeri bir üsse ya da siz silahlı kuvvetlerde görev yapıyorsanız, bu kendinize yüklediğiniz katı kısıtlamaları gösterir. Kendi sorumluluğunuzu kabullenmek, kendi yönünüzü belirlemek yerine, gücünüzü başkalarına teslim ettiğinizi gösterir. Ayrıca, kendinizi disipline etmeniz gerektiği anlamına da gelebilir.

SİLGİ: Artık size hizmet etmeyen şeyi silin gitsin.

SİMYACI: Farkındalığı dönüştürerek yanlış kavramlardan kurtaran; yüksek benlik. Bkz *Guru.*

SİNCAP: Siz gereksindiğiniz tüm gereçlere sahipsiniz ama onlar saklı haldedir; onları tanıyıp kullanın. Bazı şeyleri gelecekte kullanmak üzere saklamak. Yapan, önceden plânlayan birisi.

SİNDERELLA: Kendinizi boyun eğmekten kurtarma, parlama fırsatı. Geçici olarak zor bir duruma düşmüş olabilirsiniz, ama iyi talih sizi tekrar bulacaktır.

SİNEK: Sinek ve böcek küçük şeylerin sizi rahatsız etmesine izin vermeniz, küçük sıkıntılar anlamına gelir.

SİREN: Bkz. *Alarm.*

SİRK: Tekrar hayattan çocuksu bir zevk almaya başlayın. Ayrıca, bu hayatınızın bir sirke benzediği, niteliksel olarak değil, niceliksel olarak çok şeyin olup bittiği anlamına gelebilir. Kendinize gülmeyi, kendinizden ve başkalarından zevk almayı öğrenin.

SİS: Berrak bir biçimde görememek. Durumu ya da gitmeniz gereken yönü anlamak için enerjinizi yükseltin.

SİSMOGRAF: Belki sallantılı bir zeminde bulunuyorsunuz, duygusal olarak yönünüzü belirlemelisiniz.

SİVİLCE: Bkz. *Kabarcık.*

SİYAH: Benliğin bilinçdışı, bilinmeyen yanları, bazen korkuyla reddetmiş olduğumuz yanlarımız.

SİYASETÇİ: Bkz. *Politikacı.*

SKARABE (Bokböceği): Skarabe, kadim Mısır'da ve diğer kültürlerde kullanıldığı gibi, sonsuz hayatı, spiritüel uyanışı temsil eder.

SOBA: Bkz. *Isıtıcı.*

SOĞAN: Yaşam deneyimlerini çeşnilendirmek. Eğer soğan soymaktan ötürü gözlerinizden yaşlar geliyorsa, bu sahteliği, sahte gözyaşlarını ifade eder. Siz bir deneyimden almanız gereken dersi öğrenmemişsinizdir.

SOĞUK: Eğer rüyanızda bir şey size soğuk gelirse ya da üşüdüğünüzü hissederseniz, bu duygularınızı ve hislerinizi ısıtıp canlandırmanız gerektiğini ifade eder. Kendinize ve başkalarına karşı duyarlılığınızı yitirmeyin.

SOKAK: Bkz. *Yol.*

SOL: Aklî ya da rasyonel yanınız; sol el alıcı eldir.

SOLUCAN: Benliğinizin bakmamayı seçtiğiniz yanları; olumsuzlukla beslenen yanlarınız. Farkındalıktan yoksunluk; kendinizi aşağı görmeniz. Ayrıca, solucanlar toprağı hazırlar ve zenginleştirir; gidip ekiminizi başlatın. İçsel güzelliğinizi fark edin.

SONSUZ: Bkz. *Ebedi.*

SON VERMEK: Tamamlamak. Eskiyi bırakmak. Yeni bir başlangıca hazırlanmak.

SONBAHAR: Bkz. *Mevsim.*

SORGUÇ: Bir arma başlığı olarak, kişinin kimlik duygusunu ya da köklerini ifade eder.

SORU: Bir rüyada istediğiniz soruyu sorup yanıtı bekleyebilirsiniz. En iyisi uyumadan önce soruyu yazmak ve uyandığınızda rüyayı deşifre etmektir. Sonra bu kitapta kilit noktalara bakın.

SOYULMAK: Enerji kaybetmek. Durup, gücünüzü kime tes-

lim etmekte olduğunuzu görün.
SOYUNMAK: Gerçek hislerinizi, fikirlerinizi sergilemek; kendinizden ya da başkalarından gizlenmemek. Bkz. *Çıplak*.
SÖZLEŞME: Tanrı ile ya da kendinizle yaptığınız bir sözleşme. Kendinize ya da bir başkasına verdiğiniz bir söz.
SÖZLÜK: Bilgi arayışı; zihinsel süreçleri anlamak.
SPERM: Kabul ya da ret edilebilecek yeni başlangıçlarla ilgili fırsatlar. Eğer rüyanızda mastürbasyon yaptığınızı görürseniz, enerjiyi salıveriyor, ama onu yeni bir şey yaratmak için kullanmıyorsunuz demektir. Bkz. *Meni*.
SPOR: Hayattaki sportmenliğinizin düzeyi; oyunu nasıl oynadığınız, kazanmanın ve kaybetmenin üzerinde nasıl iş gördüğünüz, şaka kaldırabilen biri mi, yoksa bir mızıkçı mı olduğunuz. Kendi numaralarınız üzerinde çalışıp, ilişkiler içinde gelişmek yerine, sevgiyi bir spora dönüştürüp onunla oynamanız. Belli bir spor egzersiz yapma, kendinizi disipline etme gereğini yansıtıyor da olabilir.
SPOR SALONU: Zihinsel, fiziksel ve özsel (spiritüel) dengeyle kendini terbiye etmek. Bu rüya egzersiz yapıp enerji düzeyinizi yükseltmenizin gerektiğini ifade ediyor da olabilir.
STADYUM: Tüm yanlarınızın yaşam için bir takım ruhuyla bir araya gelmeleriyle ilgili muazzam bir kapasite.
STEREOFONİK SES SİSTEMİ: Mümkün olan en büyük uyum ve güzelliği yaratmak.
STERİLİZE ETMEK: Hiçbir gelişimin olmaması. Bkz. *Antiseptik*.
SU: Duygusal enerji. Suyun temiz, bulanık, durgun ya da çırpıntılı olması duygusal halinizi gösterir.
SU BİRİKİNTİSİ: Duygusal baş belâsı; içinizde bulunan ve sizi rahatsız eden bir şey; onun çevresinden dolanabilirsiniz ama eğer onu temizleseydiniz daha mutlu olurdunuz.
SU SETİ: Duygulara gark olmamanız için duygusal bir sınır.

SU YÜZEYİNDE VE HAVADA YÜZMEK: Eğer su yüzeyindeyseniz, duygularınızın üzerinde kalabiliyorsunuz demektir; eğer havadaysanız, tanrısal, özsel (spiritüel) benliğinizle uyum içindesiniz demektir.

SUALTI: Anlamak için kendi duygusal derinliklerinize dalmanız. Çok sağlıklı bir işaret.

SUAYGIRI: Duygusal ve fiziksel ağırlık; ağırlık yoluyla güç; hafifleyin.

SUÇLANMAK: Eğer rüyanızda suçlanmışsanız, hayatınızda nerede dürüst davranmadığınızı görün.

SUÇLU: İnsanın kendini aldatması ve potansiyelini sınırlaması. İçsel rehberlik kaynağını izlemek ve yaratıcı uyumlanış yerine, korku yüzünden kendi yasalarını oluşturmak.

SUDA BOĞULMAK: Uyarı; duygusal olarak fazla yüklüsünüz, duygulara boğuluyorsunuz. Berrak görüş ve perspektif edinin, hafifleyin; eğer gerekiyorsa yardım arayın. Duygusal halinizin değişmesi gerekmektedir. Gevşemenizin, oyun oynamanızın ve dünyayı bu kadar ciddiye almamanızın zamanıdır.

SULAMAK (toprağı): Dengeli, kontrollü duygular, zenginleştirici ve canlandırıcı yaşam deneyimleri.

SUNAK: Yaşam kaynağını onurlandıran tapınma yeri; kendi içinde adanış. Eskiyi kurban edip, kendini yeniye açmak; spiritüel doğanızın ya da içinizdeki Tanrı'nın farkındalığı.

SUPAP: Kontrol noktası; enerjinin ya da basıncın düzenleyicisi.

SUS İŞARETİ: Rüyada susmanız veya susturulmanız, susup dinle ya da söylemek üzere olduğun şeyi tekrar düşün anlamına gelir. Bu dünyada çoğu karışıklık söylenen sözlerle başlar.

SUSAMURU: Duygusal benliğin neşeli yanı. Deneyimlerinizden korkmak yerine, hayatın duygusal denizlerinde kolayca ve neşeyle yüzmeyi öğrenin.

SUSUZLUK ÇEKMEK: Bilgi edinmeye can atmak.

SUYA BATMAK: Duygusal olarak dibe vurmak. Enerjinizi yükseltin. Bkz. *Suda Boğulmak*.

SÜLÜK: Birisi enerjinizi tüketiyor. Durup gücünüzü kime ya da neye teslim ettiğinizi görün. Ayrıca bkz. *Asalak*.

SÜMÜK, BALGAM: Bastırılmış enerjiyi serbest bırakıp boşaltmak.

SÜNGER: Her şeyi, hem olumlu hem de olumsuz enerjileri içine almak; kontrolü elinde tutamamak. Herkesin numaralarını yutmak. Ayrıca bilgiyi massetmek; çok alıcı olmak, ama bu konuda ayırt edici olmanız, dengeye kavuşmanız gerektiği anlamına da gelir. Kendi enerjinizi üretmek yerine, başka insanların enerjisini emmek.

SÜNNET ETMEK: Hayati öneme sahip bir yanınızı kesip atmanız; kendinizi gücünüzden, cinselliğinizden, hislerinizden ya da duygularınızdan koparıp ayırmanız.

SÜPERMEN: Eğer bir rüyada bu popüler ikonu görürseniz, sizin mümkün olduğunu asla düşünmediğiniz yüksekliklere çıkabileceğinizi bilin.

SÜPÜRGE: Eyleminizi temizleyin. Evinizi düzene sokun ve yeniye yol açın.

SÜPRÜNTÜ: Taşıyıp durduğunuz duygusal çöp. Onu temizleyin, durumunuzu düzeltin. Atılması gereken şeyleri biriktirmeyin.

SÜRGÜ: Kapının sürgüsünü açın ki tüm iyi şeyler hayatınıza girebilsin.

SÜRGÜN: Kendini herkese ve her duruma kapatmak. Çok düşük enerji.

SÜRÜ: Birbiriyle özdeşleşen tüm yanlarınız.

SÜRÜKLENMEK: Bkz. *Başıboş*.

SÜRÜNGEN: Duygusuzluk, acımasızlık. Bkz. *Yılan*.

SÜS: Kendinizi iyi hissetmenize yardımcı olacak bir şey, bir süs. Bir Noel ağacı süsü spiritüel bir armağanı ifade eder.

SÜT: Yaşamak, beslenmek; doyum, sevgi, benliğin gelişen yanlarına özen göstermek. İnsan iyiliğinin sütü. Ayrıca, protein ve güçlenme ihtiyacı.

SÜTUN: Kuvvet, destek, liderlik; bağımsızlık, inançlarınızdan ve içsel gerçeklerinizden vazgeçmemek.

SÜVARİ: Birliğinizi çağırın. Alabileceğiniz tüm desteğe ihtiyacınız vardır.

Ş

ŞAFAK: Başlangıç, yeni uyanış, içgörü ve anlayış. Önünüzdeki görevleri başarmak üzere harekete geçmek.

ŞAHİN: Çok yüksekten güçlü bir biçimde görüp algılama; spiritüel olarak yükselme.

ŞAKA: Eğer düşünürseniz, hayatta olup biten çoğu şey komiktir, öyleyse onlara gülüp geçin. Ayrıca, eğer kendinizi çok ciddiye alıyorsanız, bunun şakası yoktur.

ŞAL, ATKI: Kalp ya da boğaz çakrasını koruma. Bkz. *Kalp, Boğaz.*

ŞAMAN: Bkz. *Rehberlik.*

ŞAMPANYA: Bkz. *Alkol.*

ŞAMPİYON: Metafiziksel olarak, sezgi, bilinç, öz-sevgisi ve öz-bilgisi armağanlarını elde etmek için kendi üzerinde çalışan biri.

ŞAMPUAN: Bkz. *Sabun.*

ŞAPKA: Oynadığınız rol ya da roller, kendinizi başkalarına nasıl sunduğunuz ki o sizin gerçek kimliğinizin tam ifadesi değildir. Bkz. *Başlık.*

ŞARAP: Kutlama, gevşeyip rahatlama. Hayat deneyimlerinin özü, yaşam şarabı. Spiritüel uyumlanma; şarap içinizdeki Mesih'in kanını veya özsel (spiritüel) yaşam enerjisini temsil eder.

ŞARK: Şarkta ya da herhangi bir yabancı yerde bulunmak henüz tanımadığınız bir yanınızın uyanmakta olduğunu gösterir.

Doğu spiritüel uyanışı simgeler. Bkz. *Doğu*.
ŞARKI (Balat): Uyumlu bir varoluşa izin veren yavaş, anlamlı, doğal bir ritmik kalıp.
ŞARKI SÖYLEMEK: Sevincin, mutluluğun, uyumun ifadesi; şifa verici enerji. Keyfinizi yükseltir, kundalini enerjisini, yani yaşam enerjisini yükseltir. Tanrı'ya ya da yüksek benliğe, hayatın özüne (spirit) övgüler. Bkz. *Düet Yapmak*.
ŞARKI SÖZÜ: Bu sizin şarkınızdır; sözleri siz yazarsınız.
ŞARLATAN: İçinizdeki şarlatan kişiliğe dikkat edin. O en yüksek derecede doğruluk sergilemiyor olabilir.
ŞARTLI TAHLİYE: Şartlı tahliyeden sonra gözetim altında bulunuyorsanız, bu size belli bir dersi öğrenmek ya da bir sorunu çözmek için yeterince zaman harcamış olduğunuzu hatırlatır. Bir şartlı tahliye döneminin bir sınırı vardır. Eğer değişmezseniz bunun karmik borcunu ödemeniz gerekir, çünkü ne ekerseniz onu biçersiniz. Neyi ertelemekte olduğunuzu inceleyin, onu ele alın, değiştirin, halledin.
ŞATO: Hayallerinizi gerçekleştirebilirsiniz. Tüm hayallerinizi yaratabilirsiniz.
ŞEF: Birçok benliğinizi bilgece ve sağduyulu bir biçimde yönlendiren bir yanınız.
ŞEHVET: Aktif haldeki ikinci çakranız boşalıp rahatlamak istiyor. Sonuçların sorumluluğunu üstlenmiyor olabilirsiniz.
ŞEKER: Daha fazla enerjiye ihtiyacınız olduğu anlamına gelebilir. Dengeli bir yaşam plânını uygulamak yerine, zevklerinize aşırı düşkünlük göstererek kendinizi bozmakta olduğunuzu da ifade ediyor olabilir.
ŞEKERLİ YİYECEKLER: Hayatın tatlılığı; onun ne kadar tatlı olduğu. Enerjiye, hızlı bir toparlanmaya ihtiyacınızın olması. Kendinize ikramlarda bulunmanız. Ayrıca, manipülasyon vasıtası: Sebzelerinizi yemeden tatlı yiyemezsiniz.
ŞELALE: Besleyen ve şifa veren elektromanyetik enerji. Duy-

guları sağlıklı bir biçimde boşaltmak ve ifade etmek.

ŞEMPANZE: İçgüdüsel ya da ilkel güç, cinsellik ve kuvvet; eğlendirici maskaralıklar, kendiniz olmak yerine başkalarını taklit etmeniz. Bkz *Hayvan.*

ŞEMSİYE: Duygusal sağanaktan korunma. Operasyon alanı. İnanç sistemi.

ŞEYTAN: Sizi kendi sorumluluğunuzu kabullenmemeniz, başkalarını suçlamanız, işleri ertelemeniz, olumsuz düşüncelere ve eylemlere dalmanız için ayartmaya çalışan düşük, cahil yanınız.

ŞIRINGA: Temizleme gereci. Bkz. *Enjeksiyon.*

ŞİFACI: Yüksek benlik, içinizdeki Mesih, içsel şifacı. Benliğin düzelten ve dengeleyen, temizleyen ve arındıran bilgeliği.

ŞİFALI BİTKİ: Şifa verici, rahatlatıcı enerji; dinlenmenize ve ruhen beslenmenize izin vermelisiniz.

ŞİİR: İlham, yaratıcılık; ruhsal rehberliğinizden gelen bir mesaj.

ŞİMŞEK: Kuvvetli, güçlü enerji; kundalini gücünün ya da yaşam kuvvetinin uyanışı.

ŞİRRET: Öz-sevgisi ve öz-saygısından yoksun olmak ve kendini iyi hissetmek için aynı olumsuz niteliklerin kendisine bir ayna gibi yansıtılmasına ihtiyaç duymak.

ŞİŞE: Ağzı kapalı şişe kendi içinizde kapalı veya kilitli kaldığınız, ama bu durumu aşıp yeni bir farkındalığa kolayca ulaşabileceğiniz anlamına gelir. Eski boş şişe benliğinizin artık gerekli olmayan ve bıraktığınız yanıdır. Eğer denizin kıyıya vurduğu bir şişenin içinde bir mesaj alırsanız, bu bilinçdışı benliğinizin bir sorununuz için bir çözüm sunması anlamına gelir.

ŞİŞMAN: Kendi gerçek benliğinden gizlenmek; düşük öz-imaj. Duyguları, hisleri bastırmak; olumsuzluk ve endişeyle dolu olmak. Ayrıca, zenginlik ve bolluk anlamına da gelir.

ŞİZOFRENİ: Kişisel tekâmülden büyük kaçış; sorumluluk üstlenmektense, kafası karışık ve sersemlemiş bir halde dolaşıp

durmanın daha kolay olduğunu düşünmek. Dengesizlikten ötürü bedenin içinde ya da dışında işlev yapamamak, kişisel gücünü kabullenmeyi reddetmek. Gelişmemek; işlev yapmayı istemediğinizde ve berrak bir biçimde göremediğinizde hiçbir kazanç elde edemezsiniz. Bkz. *Deli*.

ŞNORKEL: Hayatın duygusal sularında berrak bir biçimde görüp algılamak.

ŞOFÖR: Geriye yaslanıp, size hizmet eden yanınızın sizi bir yolculuğa çıkarmasına izin vermek.

ŞÖMİNE: Sıcaklık ve duygusal olarak beslenme yeri.

ŞURUP: Duygusal, aşırı ya da gereksiz duygular. Siz samimiyetsizlik noktasına dek çok yoğun duygular yükleniyorsunuz.

T

TABAK: Kendinizi besleme gereci; spiritüel besinin taşıyıcısı. Kırık tabak sizi besleyen, size hizmet eden bir yanınızı yadsımanız anlamına gelir.

TABANCA: Bkz. *Ateşli Silah*.

TABUT: Bir durumun ya da deneyimin sona ermesi; benliğin bir yanını kapatmak. Tabuta koyulmak hiçbir gelişimin olmadığı anlamına gelir. Artık o tabutun dışına çıkıp o yanınızla ilgilenmenizin zamanı gelmiştir. Bu rüya ayrıca "bir davanın kapanması" anlamına da gelebilir. Bkz. *Cenazeyi Gömmek*.

TABUT TAŞIMAK: Gömülmesi gereken ölmüş bir yanınızın ağırlığını taşımak. Mucizevî varlıklar olarak, biz eski yanlarımızı, bir zamanlar yararlı olan ama artık amacına hizmet etmiş olduğu için işi bitmiş olan yanlarımızı bırakırız. İlerlemenin, yeni içsel öğretmenler geliştirip onlardan ders almamızın ve geçmişi gömmemizin zamanı gelmiştir.

TAÇ: Altın ya da mücevherli bir taç övgü anlamına gelir; devam edin, iyi bir iş çıkarıyorsunuz. Taç sembolü daha yüksek farkındalığa doğru bir inisiyasyonu simgeleyebilir. Dikenli bir

taç sizin bir şeyler üzerinde çalıştığınız, ama hâlâ yapılacak çok şeyin bulunduğu anlamına gelir; kendinizi feda etme eğiliminden kurtulmaya çalışın ve öğrenmeniz gereken derslere daha net bir biçimde bakın.

TAHIL: Ekmiş olduğunuz tohumlar, yapmış olduğunuz iş. Hayattaki spiritüel besin. Bkz. *Hasat.*

TAHLİYE ETMEK: Bir teknedeki suyu tahliye etmek, duygusal bir kurtuluş yaşamanız anlamına gelir. Hapishaneden kefaletle tahliye olmak ise özgürleşmeniz anlamına gelir.

TAHT: Bir güç yeri.

TAHTEREVALLİ: Aynı eski programlara ve duygulara saplanıp kalmış bir halde inip çıkıp duruyorsunuz. Bu durumdan kurtulup davranışınızı düzeltin, arındırın.

TAKIM: Hayat oyununda öne çıkmak için tüm veçhelerinizin birlikte çalışmaları gerekiyor.

TAKLİT ETMEK: Kendi sesinizi bulun. Bunu yapana dek kendi hayatınızı yaşayamazsınız.

TAKLİT MAL: O gerçek siz gibi görünebilir, ama siz öyle olmadığını bilirsiniz.

TAKSİ: Geçici bir kimlik, siz geçiş hali içindesiniz. Bir yanınızın hayatınızı geçici olarak yönetmesine izin vermeniz.

TAKVİM: Bir projenin zamanı ya da zamanlaması; açılıp gelişme. Mevsimsel gelişme. Bkz. *Zaman* ve *Mevsim.*

TÂLİH KUŞU: Büyük ve beklenmedik bir enerji desteği. Büyük olasılıkla ona ihtiyacınız vardır.

TAMİR: Bkz. *Onarma.*

TANK: Askeri bir tank saldırganlığı, düşmanlığı, savaşı ya da korumayı gösterir. Gaz tankı depolanmış enerji, yakıttır. Su tankı birikmiş ya da bastırılmış duyguları, ağırlığı yansıtır.

TANRI: Sevgi, Işık, Gerçek, Yaratıcı Güç; Bilgelik, Bir'lik, Sonsuzluk. Her insanın içindeki Yüksek Benlik, Üstat Öğretmen. Her şeyi kapsayan sevgi, mutlak kabul; her şeyi, tüm varlıkla-

rı ve evrenleri tezahür ettirme gücü.
TANRISAL: En yüksek bilinç hali.
TANTRA: Bir olmak. Erkeksi girişken ve kadınsı yaratıcı enerjilerin en üst düzeyde birleşmesi.
TAPINAK: İçsel tapınak. Bkz. *Kilise.*
TAPINMA: Bilincin daha yüksek düzeylerini kabul ve tasdik etme; içinizdeki Tanrı'yı onurlandırma. Ayrıca, kendinizi içinizdeki Tanrı'dan ayırma; kendi dışınızda, kendinizden ayrı bir şeyi ya da birisini arama. İnsan bir ayrılık bilincinden gelen birçok şeye tapınabilir; sadece gerçek sizi doyuma ve bütünlüğe götürecektir.
TARAMAK: Bir durumu çözmek. Hâlâ karışıklığı ve dolaşıklığı çözüyor olmak.
TARİKAT: İnanç sistemlerini hiç sorgulamadan takip eden insan grubu veya benliğin bir yanı. Bir başkasının gerçeğini benimseyerek kendini fırsatlardan yoksun bırakmak. İnsan eninde sonunda sistemleri aşmalıdır: Kendiniz olmaya cesaret edin.
TAROT: Rastlantıyı reddeden bir araçla geleceğinize dair kehanette bulunmak. Ama o kartların söylediği şeyler sizin üzerinizde hiçbir güce sahip değildir. Hoşunuza gideni alın ve geriye kalanı bırakın.
TARTIŞMA: Benliğinizin bazı yanlarıyla mücadele ediyor olmanız; paradokslar, çatışmalar, karmaşa. Zihinsel benliğin sezgisel benlikle tartışması. İlerleyebilmek, uyumlu bir içsel gelişim sağlayabilmek için bırakılması gereken eski düşünce kalıplarını tutmak. Çözüm kendi içinizde merkezlenmenizden, meditasyon yapmanızdan ve daha yüksek bir bilinç ve anlayış düzeyinden beslenmenizden kaynaklanır.
TASARIM: Bir plânı ya da yaşam yönünü ifade eden bir sembol, plân ya da çizim. Bu rüya hayat plânınızı, büyük tasarımınızı ya da genel tabloyu incelemeye başlamanız anlamına gelebilir. Hedefinize doğru bir adım atın.

TASARRUFLAR: Bkz. *Banka, Para.*

TASMA: Boğazınızda yer alan beşinci çakranın özgürce iletişim kurmaya ihtiyacı vardır.

TAŞ: Bkz. *Kaya.*

TAŞINMA: Kendi içinizde büyük değişimler geçirmeniz. Bütün bir varlık olma yönünde gelişme ve ilerleme. Hoşlandığınız mobilyayı (tutumları, fikirleri, inançları) koruyup, artık gerekli olmayanları geride bırakın.

TAŞIT ARACI: Siz; sizin kendinizi ifade ve iş görme tarzınız. Taşıtın ne kadar büyük olduğu sizin potansiyelinizi ne derecede gerçekleştirdiğinizi gösterir. Sizin taşıtın sürücü ya da yolcu koltuğunda oturmanız kontrolünüzün ve öz-sorumluluğunuzun derecesini gösterir. Taşıtın rengi, şekli ve yönü, yani yukarı doğru mu, aşağı doğru mu, ileri doğru mu, geriye doğru mu gittiği önemlidir. Bkz. bireysel taşıtlar.

TATİL: Değer verdiğiniz inançlara ve görüşlere bir ara vermenizin zamanı gelmiştir. İçinize dönün ve yeni, genişleyici içsel kaynaklara taze bir bakışla bakın. Oyun oynamanızın, gevşeyip rahatlamanızın, enerjinizi toparlamanızın zamanı gelmiştir.

TATLI: İnsanın kendine bir ikramda bulunması. Her insan hayatta ikramları hak eder.

TAVAN: Sınır ya da koruma. Eninde sonunda siz gelişir ve koruyucu sınırları aşarsınız; korunma ihtiyacı ile genişleme ihtiyacı arasındaki ilişkiyi anlamanız esenliğinizi sürdürebilmeniz için önemlidir.

TAVAN ARASI: Yüksek ya da spiritüel (özsel) benlik ve spiritüel gelişim alanında neyin olup bittiği. İçgörüyü tavan arasındaki diğer semboller ve rüyada hissettiğiniz duygular belirler.

TAVŞAN: Plânlamadan bir şeyden bir diğerine sıçramak; dünyanızı yaratırken farkındalıktan yoksunluk. Ayrıca, sokulganlık ve sıcaklık. Bir görevi bir tavşanın hızıyla tamamlamak.

TAVUK: Anaç bir tavuk olmak, otoriter, yönlendirici, koruyucu olmak. Bkz. *Piliç*.

TAVUS KUŞU: Güzellik, gurur veya kibir işareti. Gökkuşağının tüm renkleri.

TEBEŞİR: Kendini ifade gereçleri; tebeşirin rengine dikkat edin.

TECAVÜZE UĞRAMAK: Enerji kaybediyor, birisinin olumsuz etkisinin gücünüzü ve öz-saygınızı elinizden almasına izin veriyorsunuz. Bu rüyanın cinsel bir anlamı yoktur; onu gerçek olarak almayın. Bu rüya sadece sizin soyulduğunuzu gösterir.

TEDAVİ: Eğer bir rüyada hasta olduğunuzu görürseniz, bu sadece enerjinizin düşük olduğu anlamına gelir. Paniğe kapılmayın. Onun yerine, meditasyon yapın. Bu en iyi tedavidir.

TEHLİKE: Uyanık, farkında olun. Yakında meydana gelecek bir değişikliği belirsiz bir biçimde hissetmek. Şu anda tanımadığınız, bu yüzden de korku veren yeni veçheleriniz ortaya çıkıyorlar.

TEKERLEK: Bkz. *Çark*.

TEKME: En çok ihtiyaç duyduğunuz yere nişan alan enerji. Ayrıca, hayattan zevk almak.

TEKNE: Duygusal benliğiniz. Eğer teknenin dümenindeyseniz kontrol sizde demektir; eğer tekneniz sürükleniyorsa, duygusal hayatınızı yönetemiyorsunuz demektir. Eğer tekne batıyorsa, duygularınızın sizi aşağıya çekmesine izin veriyorsunuz demektir, öyleyse günlük hayatta neyin sizi aşağıya çektiğine iyi bakın. Siz kendinizi inceleyerek, olumlu seçimlerde bulunarak olumsuz duygusal yolculukları değiştirebilirsiniz.

TEL: Destek. Esnek, güvenilir kuvvet. Bir durumu onarıp düzeltme yeteneği. Bkz. *Kablo*.

TELEFON: Eğer birine telefon ediyorsanız, belli bir durumda yardım ya da anlayış istiyorsunuz ya da berraklığa kavuşmak için böyle yapmanız gerekiyor demektir. Eğer birisi sizi

arıyorsa, bu genellikle ruhsal rehberliğinizin önemli bir mesaj vermek için sizin dikkatinizi çekmeye çalıştığını gösterir. Her telefon rüyasına dikkat edin. Bkz. *Akıllı Telefon.*

TELEFON DİNLEME: Size *gerçekten* neler olduğunu bulmak. Kendinizi dinleyin.

TELEFON NUMARASINI TUŞLAMAK: Enerji düzeylerini aşma, farklı frekanslara ya da düşüncelere kontrollü bir biçimde uyumlanma yeteneği.

TELEFON OPERATÖRÜ (Santral Memuru): Ruhsal rehberlik. Eğer birisiyle telefon bağlantısı kuramıyorsanız, enerjinizi yükseltmelisiniz.

TELEVİZYON: Kendi hayatınıza, durumlarla nasıl başa çıktığınıza daha iyi bakmanızı sağlayan bir vasıta. Kendinizle iletişim. Bkz. *Sahne, Film.*

TELGRAF: Başkalarına gönderdiğiniz ve onlardan aldığınız sinyaller. Siz çevrenizdeki dünyayla daima iletişim sürecinde bulunuyorsunuz; ne kadar iyi merkezlenmiş kaldığınız ve duygularınızı ne kadar iyi kontrol ettiğiniz enerji düzeyinize bağlıdır.

TEMBEL: Enerjinizin azalmasından dolayı motivasyondan yoksun olmak. Belki "Neden uğraşmalı ki?" diye düşünmek. Ama herkesin hayatta bir amacı vardır. Sizin amacınız belki gözlerinizin önündedir.

TEMEL: İçsel kuvvet, destek, köklenmişlik. Bir evin temeli o evi destekler ve korur. İnsanın içsel temeli bilgelik, anlayış ve sevgi kayası üzerine atılmalıdır. Bkz. *Ev.*

TEMEL KAZIKLARI: Destek. Bkz. *Temel.*

TEMİZ: Bkz. *Derli Toplu.*

TEMİZLEME: Eski yanlarınızı parlatmanız, yenilemeniz. Bkz. *Yıkamak.*

TEMSİLİ BİR KUKLAYI ASMAK: Bir eyleminiz sizi memnun etmediğinde kendinizi sembolik olarak asmak.

TENCERE: Bkz. *Çömlek*.

TENİS: Bkz. *Oyun, Top*.

TENSEL ZEVK: Tensel zevk hissetmek ya da deneyimlemek kendinize şefkatli ve sevecen bir bakım gösterme, bedeninizi besleme ihtiyacını yansıtır; fiziksel bedeninize iyi bakın ve onu onurlandırın. Kendi cinselliğinizle temas kurun.

TEPE: Spiritüel tekâmül fırsatı.

TEPSİ: Kendinizi beslemeye, kendinize hizmet etmeye ihtiyacınız var.

TERAPİST: Objektif olmamıza, böylece kendi derslerimizi nasıl oluşturduğumuzu görebilmemize yardım eden birisi. Bkz. *Psikolog*.

TERAS: Bir evin terası gibi, benliğin bir uzantısı. Başkalarına sergilediğiniz yanınız.

TERAZİ: Hayatınızı dengeleyin; terazinin hafif mi, yoksa ağır mı tarttığına bakın. Eğer terazide sayılar belirirse, bunun anlamını *Sayı* maddesine bakarak bulun.

TEREYAĞI: Tatlılık, besleme; kaygan, yağlı. Ayrıca, bir başkasına veya kendinize yağ çekmek şeklindeki sahte pohpohlama.

TERK EDİLMİŞ: Gelişim ve tekâmülünüz için artık gerekli olmayan özellikleri ya da tutumları terk etmeniz ya da kendi gücünüzü başkalarına verdiğiniz için kayıp duygusu veya şaşkınlık hissetmeniz; önemsemediğiniz için kendi içsel kaynaklarınızı ve gücünüzü terk etmeniz. Kendinizi sevip kabullenmeniz ve hayatınızın yönü konusunda sorumluluk üstlenmeniz gerekmektedir.

TERLEME: Duygusal boşalım, sinirlilik, korku; hararetli bir durumun yatışması.

TERLİKLER: Oynadığımız roller. Kendi veçhelerimizi pohpohlamak.

TERMOMETRE: Duygusal bir ölçek olarak kullanıldığında, duygularınızın soğuk mu, ılık mı, yoksa sıcak mı olduklarını

gösterir. Eğer termometre aşırı derecede yüksekse, zor ya da tehlikeli bir durumdasınız demektir. Eğer bir enerji ölçeği olarak kullanılırsa, bir termometre motivasyon düzeyini ve beraklık derecesini yansıtır. Eğer termometre düşük bir dereceyi gösteriyorsa, bu hiçbir içgörüye ya da motivasyona sahip olmadığınızı gösterir. Eğer derece yüksekse, bu algılama düzeyini ve yönü gösterir.

TERMOS: Duygusal taşıyıcı; sıcak ya da soğuk duyguları kapalı halde tutar.

TERÖRİST: Kontrolsüz cinsel enerji (ikinci çakra); bastırmaktan kaynaklanan içerleme, korku, öfke, hayal kırıklığı. Sorun kendi içinizde olduğu için, o sorunu çözemeyecek olan yanlış yönlendirilmiş enerji. Meditasyon yaparak kendi içinize bakın ve kendi acınızın nedenini bulun. Enerjiyi olumlu, yaratıcı bir kendini-ifade ile yeniden yönlendirip kontrol edin.

TERSİNE DÖNMEK: Yön değiştirin; yanlış yoldasınız.

TERZİ: Kendiniz için yeni bir rol tasarlamak. Eski bir rolü onarmak ya da değiştirmek. Bkz. *Giysiler*.

TESLİS: Baba, Oğul, Kutsal Öz; beden, zihin ve öz. Bkz. *Üçgen*.

TESPİH: Meditasyon biçimi, zihni tek bir noktada odaklamak; merkezlenmeye, konsantre olmaya ihtiyacınız var.

TESTERE: Sorumlu bir biçimde kullanılması gereken inşa ve budama gereci.

TESTİS: Güç, erkeksilik; yaratıcılığın kaynağı. Bkz. *Cinsel Organlar, Sperm, Hadım Etmek*.

TEŞRİFATÇI: Ruhsal rehberliğiniz size tekâmül edebilmeniz için gerekli olan dersleri getiriyor.

TEYZE, HALA, YENGE: Benliğin dişi yanı; o bireyle özdeşleştirdiğiniz nitelikler ve özellikler sizin onlara projekte ettiğiniz kendi veçhelerinizdir. Bkz. *Dişi*.

TILSIM: Spiritüel (özsel, tanrısal) güçle temas kurma çabası.

Yanıtları içinizde değil, dışınızda aramak. Herhangi bir geçerliliğe sahip olabilen ya da olmayabilen batıl inançlar, inanç sistemleri. İlahî koruma kendi içinizden gelir. Uğur için kullanılan tavşan ayağı ölü tavşana yardımcı olmamıştır.

TIRABZAN: Bir şeye tutunmaya ihtiyacınız var. Eğer merdivenden yukarı çıkıyorsanız, doğru yönde ilerliyorsunuzdur; eğer aşağı iniyorsanız, gittiğiniz yol enerji kaybetmenize yol açabilir.

TIRAŞ OLMAK: Kendi imajınızı düzeltmek, güçlendirmek. Eğer kafanızı tıraş etmişseniz, bu daha yüksek spiritüel gücü kabullenmeyi temsil ediyor olabilir. Bkz. *Saç.*

TIRMANMAK: Eğer yukarı doğru tırmanıyorsanız, doğru yolda ilerliyorsunuz demektir. Eğer aşağı doğru iniyorsanız, hayatta yanlış yönde ilerliyorsunuz demektir.

TIRTIL: Sınırlı bilgi; potansiyelinin ve güzelliğinin farkında olmamak.

TİCARET: Bkz. *İş, Ticaret.*

TİLKİ: Sinsi, kendi çıkarları için kullanan, kaypak. Bkz. *Hayvan.*

TİMSAH: Yıkıcı bir biçimde kullanmamak için dikkatle izlenmesi gereken muazzam bir sözlü ifade gücü. Sözel gücü kötüye kullanma korkusu. Fiziksel ve duygusal enerjiyi hassas bir dengeyle birleştirmek.

TİPİ (Şiddetli Kar Fırtınası): Titretici bir duygusal karışıklık dönemi geçirmek ve gelişim için gereken muazzam değişiklikleri ve olasılıkları görmek istememek. Kendini ya da bir başkasını yalanlarla kandırmaya çalışmak; güdülerinizi inceleyin. Bkz. *Kar, Çığ.*

TİTANİK GEMİSİ: Tehlikeli bir duygusal durumdasınız. Zihinsel, fiziksel ve özsel (spiritüel) cankurtaran sandallarınızın sağlam olduğundan emin olun.

TİYATRO: Hayat bir kişisel tekâmül sahnesidir. Bkz. *Sahne.*

TOHUM: Yeni başlangıç, potansiyel. Eğer tohum ekiyorsanız, gelecekteki bolluğu oluşturuyorsunuz demektir. Ne ekerseniz, onu biçersiniz.

TOKMAK (Yargıcın Tokmağı): Adalet. Değerlendirici yanınız sizin dikkatinizi çekmekte olabilir; karşı karşıya bulunduğunuz belli bir sorunu dikkate alın. Ya da şimdi bir şeye karar verilmiştir ve siz o davayı bitirebilirsiniz.

TOMBALA: Hayattaki iniş çıkışlara, iyi ve kötü zamanlara bir oyun gibi bakın ve böylece kazanan olun.

TOMURCUK: Yeni fırsatlara açılmaya hazır olmak; sabırlı olun.

TOP: Tamamlık, bütünlük; bilincin ve bilinçdışının, bedenin, zihnin ve özün (spirit) bütünleşmesi. Eğer bir topla oynuyorsanız, bu oyun oynamaya ve çocuksu farkındalığa açılmaya ihtiyacınız olduğu anlamına gelebilir. Eğer topu birisine atıyorsanız, diğer kişinin bir hamlede bulunma zamanıdır; eğer top size atılıyorsa, sizin eyleme geçme zamanınız gelmiş demektir.

TOPAL: Son hızla ilerlemenizi engelleyen koşul ya da düşünceler. Dengesizlik; sınırlayıcı düşünüş. Bkz. *Deformasyon*.

TOPLANTI, MİTİNG: İdealleri, hedefleri düşünmek. Bir şeyleri bir araya getirmek. Benliğin farklı yanlarını bütünleştirmek. Bkz. *Kalabalık*.

TOPLANTI SALONU: Bkz. *Bina*.

TOPRAK: Köklenme. Ellerinizi toprağa koymanız bedeniniz üzerinde şifa verici, merkezlendirici bir etki yapar. Eğer bu toprak bir zeminse, temeliniz üzerinde çalışmanızı; eğer bu toprak bir yolsa, yolunuzun engebeli olduğunu ama sizi gideceğiniz yere ulaştıracağını ifade eder. Hiçbir bitkinin bulunmadığı büyük bir toprak bölge sizin gelişmediğiniz, tekâmül etmediğiniz anlamına gelir.

TOPRAK KAYMASI (Heyelan): Her şeyin üzerinize geldiğini, üzerinize çöktüğünü hissediyorsunuz. Geri çekilin; çok faz-

la yük ve sorumluluk taşımaya çalışıyorsunuz. Duygusal olarak aşırı yük alıyorsunuz. Durup kendinizi besleyin. Bkz. *Çığ.*

TOPUK: Aşil'in topuğu gibi savunmasız, incinmeye açık yeriniz. Bir ayakkabının topuğu alçakça davrandığınız anlamına gelir. Bkz. *Beden.*

TORPİDO: Savunmasız bir duygusal haldeyken kendinize zarar veren bir biçimde davranmanız.

TOTEM: Sezgi; bilinçdışından gelen mesaj; spiritüel kimlik.

TOZ: O, ışığınızı örtebilir. Öyleyse bir toz bezi alıp yüzeylerinizi parlatın.

TÖREN: İnisiyasyon, kutlama ya da mezuniyet.

TRAFİK SIKIŞIKLIĞI: Trafik sıkışıklığı kafa karışıklığı içinde hapis olmak, at gözlükleri takmak, durumu görememek anlamına gelir. Eğer trafik sıkışıklığı yayılıyorsa, siz durumu daha da ağırlaştırıyorsunuz demektir. Bu durumdan kurtulabilmek için gücünüzü, sorumluluğunuzu kabul etmeniz, kendinizi disipline etmeniz gerekmektedir.

TRAKTÖR: Kendi üzerinizde çalışma gücü; neyi ekip biçmek istediğinizi belirleyin, çünkü tam istediğiniz şeyi elde edebilecek muazzam bir güce sahipsiniz. Toprağı içgörü tohumları ekmeye hazırlama zamanı. Bkz. *Buldozer.*

TRANS: Rüyada trans hali içinde olmanız sersemlemiş halde bulunduğunuz, köklenmediğiniz ya da durumu berrak bir biçimde göremediğiniz anlamına gelebilir. Ayrıca, daha yüksek yaratıcı yeteneğe, içgörüye, bilgiye erişmek anlamına da gelir.

TRANS BİREY: Gerçek kimliğinizi tezahür ettirmek için bir geçiş yapmanız gerekiyor.

TRAPEZ: Yüksek fikirler, cüretkâr ilham. İleri geri sallanma, kararsızlık.

TREN: Eğer lokomotifte bulunuyorsanız, hedeflerinize erişmek için muazzam bir güce sahipsiniz demektir. Eğer bu bir yolcu treniyse, birçok insanı taşıyorsunuz demektir ki bu gereksiz

bir yük olabilir. Eğer bu bir yük treniyse, ağır bir yükle birlikte ilerliyorsunuz demektir. Bkz. *Yolcu.*

TREYLER: Eğer bir treyleri çekiyorsanız, gereksiz bir yükü sürüklüyorsunuz demektir. Eğer bir treylere binmiş gidiyorsanız, yaşam yönünüzü kontrol edemiyorsunuz demektir. Bkz. *Yolcu.* Eğer seyyar bir evde yaşıyorsanız, bkz. *Ev.*

TSUNAMİ: Büyük, güçlü duygusal karışıklık. Ne olup bittiğini izleyin, sorunları çözün, onları geçiştirmeyin.

TUĞLA: Kuvvet, dayanıklılık. Yeni bir yön oluşturmak, yeniden şekillendirmek.

TURKUAZ: Şifa verici, sakinleştirici, huzurlu; spiritualite.

TURTA: Bkz. *Daire, Yiyecek.*

TURUNCU: Huzur ile enerjiyi, sarı ile kırmızıyı dengelemek. Huzur ile sevgiyi birleştirmek.

TUTAMAK: Bir durumu kontrol altında tutmak; hayata tutunarak ilerlemek. Eğer kulp kırılmışsa, içinize dönüp içsel gücünüzü ve kaynaklarınızı bulun; kendinize, gerçek kimliğinize tutunun.

TUTSAK: Gücünüzü başkalarına teslim etmeniz, girişken olamamanız, hakkınızı savunamamanız. Başkalarının sizi çiğneyip geçmelerine izin verdiğiniz için onlara içerlemeniz. Kendinize acımayı bırakıp gücünüzü geri alın; sorumlu ve yaratıcı bir yaşam yönü belirleyin.

TUTUKLU: Özgürlüğün kaybedilmesi; ilerlemenizin engellenmesi. Söz konusu durumu yaratmış olan eylemlerinizin ve tutumlarınızın sorumluluğunu üstlenin; onları yeni ve olumlu bir anlayışa dönüştürün.

TUVALET: Kendinizi istenmeyen ve gerekmeyen geçmiş deneyimlerden arındırmak. Boşaltmak, bırakmak, bağışlamak. Eğer tuvalet tıkanmışsa, olumsuz deneyimleri sıkı tutarak arınma sürecini engelliyorsunuz demektir.

TUZ: Spiritüel değerliliğinizi yansıtan bir sembol.

TUZAK: Kendini sınırlamak. Tuzakları kendimiz yaratırız; kendinizi kuşku, güvensizlik ve korkuyla sabote etmeniz. Gücünüzü geri alın ve kendiniz olmaya cüret edin. Tuzakların illüzyonlar olduğunu hatırlayın.

TÜFEK: Bkz. *Ateşli Silah*.

TÜKENMİŞLİK: Yenilenme, dinlenme, iç-gözlem, meditasyon ve kendinizi sevme zamanı. Bağışlamanız ve tüm olumlu çıkış yollarınızla bağlantı kurmanız mümkündür.

TÜKÜRMEK: Düşmanca, olumsuz duyguları boşaltmak; içinizi dökmek.

TÜMÖR: Tekâmülünüz için sağlıklı olmayan bir inanç sistemini değiştirmeniz gerekiyor. Ayrıca bkz. *Kanser*.

TÜNEL: Bilinç düzeylerinden yeni içgörüye, genişlemiş realiteye doğru bir geçit.

TÜTSÜ: Hoşluk; dışsal realiteye bağlı olarak içsel benliğin farkındalığı.

TÜTSÜLEMEK: Hayatınızı yeniden canlandırmak.

TÜY: Hafiflik, yükseltici düşünceler. Şapkanıza takılı bir tüy başardığınız bir iş, geliştirdiğiniz bir yetenek ya da niteliktir.

TWITTER: Benliğiniz için kısa bilgiler ve iletişimler.

U

UÇAK: Uçan her uçak spiritüel uyanışı, yeni yüksekliklere doğru süzülüşü işaret eder. Uçağın yerde mi yoksa havada mı olduğuna, yerden yükselmekte mi yoksa yere inmekte mi olduğuna dikkat edin; uçağın konumu sizin belli bir sorunla ya da durumla ilgili spiritüel farkındalığınızı veya algınızı yansıtır.

UÇAKSAVAR ATEŞİ: Siz harika spiritüel yolculuğunuzda yükseklere çıkarken birisi size ateş etmektedir. O ateş eden de siz olabilirsiniz.

UÇMAK: Rüyanızda uçtuğunuzu görmeniz bedenin dışına çıktığınız, fiziksel sınırlamalardan kurtulduğunuz anlamına gelir.

Eğer rüyayı bilinçli bir biçimde kontrol edebilirseniz, hareketinizi yönetebilir ve zaman-uzay'da farklı yerlere gidebilirsiniz. Uyanıklık hali gerçekten bir illüzyondur. İstediğiniz herhangi bir soruyu sorun ve yanıt alacaksınız. Bkz. *Pike Yapmak*.

UÇUK: İçinizden patlayarak ortaya çıkan zehirler; eğer o kabarcık aşamasındaysa bu sizin sorunun kaynağını yok etmediğiniz anlamına gelir. Bastırma. Ayrıca, gizli cinsel korku ya da diğer korkular. Bkz. *Kabarcık*.

UÇURTMA: Yükselme özgürlüğü, spiritüel gücün farkındalığı; çocuksu farkındalık.

UÇURUM: Hayatınızda kökten değişimi gerektiren bir nokta. Eğer rüyanızda bir uçurumdan aşağıya atlar veya itilirseniz, bu sembol size bir karar verip ilerlemenizi ve keşfedilmemiş bölgeye girmenizi söylemektedir. Bir uçurumdan aşağıya yuvarlanmak kontrolünüzü yitirdiğinizi ifade ediyor da olabilir; kendinizi dışına çıkamayacağınız bir şeyin içine sokmayın.

UFO: Bkz. *Uçak*.

UFUK: Yeni başlangıç; berraklık, daha geniş görüş; genişlemiş benlik duygusu.

UNİKORN (Tek Boynuzlu At): Semavi âleme yönelmiş mistik güç.

USTURA: Zihinsel uyanıklık, berraklık. Gerçek ile gerçek-olmayan arasındaki ince çizgi. Bkz. *Bıçak*.

UTANDIRICI HATALAR: Rüyalarda bile utandırıcı hatalar yaparız. Bu rüyanın mesajı, o mükemmeliyetçi yanınıza boş verip, elinizde olmadan yaptığınız hatalara gülüp geçmektir.

UTANMAK: Başkalarının sizin hakkınızda ne düşündüklerini aşırı önemsemek. Eğer bir rüyada utanacağınız bir şey yapmışsanız, bu rüya size bunun sadece insani bir durum olduğunu söylemektedir.

UYANMAK: Rüyanızda uyandığınızı görmeniz ve rüya gördüğünüzün farkına varmanız rüya hali üzerinde daha yüksek dü-

zeyde bir kontrol kazanmanızdır. Yeni içgörü, farkındalık. Bkz. *Rüya.*

UYARMAK: Uyarı; neye bulaştığınıza dikkat edin. Bu rüya farkında olmanız gereken durumu açıklayabilir.

UYDU: Yüksek benlikle iletişim; yeni bir yörüngeye geçmek. Spiritüel farkındalık. Ayrıca, bir başkasının inançlarının takipçisi olmak; siz, kendi enerjinizi üretmek yerine, bir başkasının enerjisine bağımlı olan bir uydusunuz. Bkz. *Gezegen.*

UYKU: Farkındalıktan yoksunluk. Herhangi bir şeyi görmeyi veya değiştirmeyi istememek. Durgunluk. Uyanın! Ayrıca, eğer rüyanızda uyumak üzere bir yatağa yattığınızı görürseniz, bkz. *Yatak.*

UYUŞMAK: Korku yüzünden hissizleşmek; içinize kapanmanıza hangi korkunun neden olduğunu sorun.

UYUŞTURUCU İLAÇLAR: O, olumlu anlamda, bedendeki uyumsuzluğu düzeltmek ya da dengelemek için kullanılır. Ayrıca, hayatla başa çıkmaktan kaçış, kendinizi dışsal koşullara karşı uyuşturmak, yanıtları kendi içinizde değil dışınızda aramak. Aydınlanmayı doğal-olmayan kaynaklarla aramak.

UZAYLI: Benliğimizin ihmal ettiğimiz, reddettiğimiz veya yanlış anladığımız bir yanı; kaçındığımız bir korku. Bkz. *Yabancı.*

UZMAN: Öğretmen; dersler geçirmiş, iyi eğitilmiş ve yardım sunan birisi. Sorunlarınızın çözümü için başvurabileceğiniz bir yanınız.

UZVUN KESİLMESİ: Kesilen uzvun temsil ettiği gücü, yetenekleri bırakmak. Benliğin gereksiz yanlarını kesmek ki onlar reddedilmemeli, varlığınıza katılmalıdır. Örneğin, sağ kolun kaybedilmesi sizin artık kendinize ya da başkalarına bir şey vermediğiniz anlamına gelir; sol kolun kaybedilmesi ise kendinizi yenilemek ve geliştirmek için gerekli enerjiyi almadığınızı ifade eder. Bkz. bedensel organlar ve *Beden.*

Ü

ÜCRET: Emeğinizin meyveleri; ektiğinizi biçmek. Yaratıcı çalışmamızın ödüllerini deneyimlememiz kendimize güvenmemizi, kendimizi takdir etmemizi ve kuvvetlenmemizi sağlar. Bkz. *Para.*

ÜÇ TEKERLEKLİ BİSİKLET: Hayatta dengeye kavuşmak için ilk girişim.

ÜÇGEN: Teslis; beden, zihin ve öz (spirit). Güç, bütünleşme, denge.

ÜÇÜZLER: Hayatınıza girmekte olan üç yeni başlangıç. Bkz. *Teslis.*

ÜNİFORMA: Kendinizi başkalarına nasıl sunduğunuz; kendinizi ifadede katılık. Gevşeyin, esneklik ve güven kazanın.

ÜNİSEKS: Erkeksi girişken ve kadınsı yaratıcı enerjiyi eşit olarak sergilemek.

ÜNİVERSİTE: Daha yüksek öğretileri öğrenme fırsatı.

ÜNLÜ: Rüyanızda gördüğünüz ünlü bir kişi sizin ruhsal rehberliğinizi ya da öğretmeninizi temsil eder.

ÜNLÜ KİŞİLER: Genellikle bunlar sizin öğretmenlerinizi temsil ederler. Onların erkek mi (erkeksi güç) yoksa kadın mı (dişi, kadınsı güç) olduklarına dikkat edin. Eğer bu bir komedyense, sizin mizahı kullanmaya, daha tasasız ve neşeli olmaya ihtiyacınız var demektir. Bu kişilerin isimlerinin anlamları için *Alfabe* ve *Sayı* maddelerine başvurunuz.

ÜS: Zihinsel, duygusal ve özsel (spiritüel) olarak istikrarlı olmanızı sağlayan "merkeziniz."

ÜSTÜ AÇILABİLİR ARABA: Eğer arabanın üstü açık olarak yol alıyorsanız, evrenin size sunacağı şeye açıksınız demektir. Sizin için bir sınır yoktur.

ÜTÜ: Eğer giysileri ütülüyorsanız, üzerinizde baskı yaratan sorunları çözüyorsunuz demektir. Bu ayrıca güçlü bir iradeyi de gösterir.

ÜZÜM: Eğer bu üzüm mor renkliyse, en yüksek spiritüel düzey. Eğer yeşilse, gelişim ve bilinç. Her iki halde de kaybedemezsiniz.

ÜZÜM BAĞI: Yaşam deneyimlerinin hasadı; emeğinizin meyveleri. Üzüm kütükleri ne kadar yaşlıysa, onlar o kadar çok ürün verir. Bkz. *Hasat, Bahçe.*

ÜZÜM KÜTÜĞÜ: Beden ya da benlik. Bkz. *Ağaç.*

ÜZÜMLER: Ruh için bir besin; tatlılık hasadı. Bkz. *Meyve.*

ÜZÜNTÜ: Üzüntülü olduğunuz bir senaryo enerjinizin azaldığını gösterir. Enerjinizi tekrar yükseltin, o zaman böyle bir rüya görmezsiniz.

V

VADİ: Düşük nokta; hayatımızdaki zirveler ve vadiler. Dinlenme, gevşeyip rahatlama yeri. Genişleme, yeni bir yön bulma fırsatı.

VAFTİZ EDİLME: Spiritüel uyanış; Mesih ya da Kutsal Öz vasıtasıyla yüksek bilinçte tekrar doğmak; içinizdeki Tanrı-benliğin farkındalığıyla sınırlı düşünce kalıplarının ölümü. Gerçek vaftizin seremoniyle ya da ritüelle hiçbir ilgisi yoktur, o bireyin içindeki bir spiritüel bağlantı duygusudur. Bu uyanış varlığınızın gerçeğini görüp anlamanızı, her şeyin mümkün olduğunu bilmenizi sağlar.

VAGON: Bir güç kaynağı olmayan, genellikle bir şey tarafından çekilen taşıt. Taşıyıp durduğunuz yük. Eğer bu bir oyuncak vagonsa, dengeye kavuşmak için oyun oynamaya ihtiyacınız olduğu anlamına gelebilir.

VAHA: Duygusal olarak beslenme; duygusal sığınak.

VAHŞİ SAVAŞÇI: Son derece olumsuz davranış üreten düşük enerji.

VAİZ: Öğretmen, ruhsal rehberlik. Sizin ya da bir başkasının oynadığı bir rolü yansıtıyor olabilir; kendi tekâmülünüzle ilgi-

lenmek, kendiniz üzerinde çalışmak yerine başkalarıyla ilgilenmeniz anlamına gelebilir.

VAJİNA: Alıcılık, kabul edicilik, açıklık; dişilik, karşılık vericilik. Gelişim ve tekâmül için güvenliğe giden yol. Cinsellik, beden, kadınlıkla ilgili hisler. Bkz. *Penis, Cinsel Organlar.*

VAKUM: Kendi içinizde bir vakum, bir boşluk yaratmak olumsuzluktan kurtulmak, yeniye hazır olmaktır. Olumsuzun yerine olumluyu koyduğunuzdan emin olun. İnsan bir vakumda, boşluk içinde yaşayamaz, kendini yaratıcı düşüncelerle doldurmalıdır.

VAMPİR: Başkalarının enerjisini emmeniz ya da birisinin sizin enerjinizi emmesi. Olumsuz düşünce endişe yaratıp enerjinizi ve gücünüzü sizden alır. Her bir kişi kendi enerji düzeyini üretmekten ve korumaktan sorumludur.

VANTİLATÖR: Hava deveranını gösterir ki bu hayatınızda meydana gelecek bir değişikliktir. Bkz. *Yelpaze.*

VANTROLOG: Bir kukla gibi mi davranıyorsunuz? Farklı ve ayrı bir kaynaktan gelen başka seslere, düşüncelere ve eylemlere kanallık mı yapıyorsunuz? Kendi hayatınıza sahip olmanızın zamanı gelmiştir.

VÂRİS: Tanrı-vergisi armağanları alan kişi. Onları alabildiğinizden emin olun. Çoğu insan vericidir, ama dengeli olmak için, size sunulanları kabul edebilmelisiniz.

VASİYETNAME: Eğer rüyanızda vasiyetnamenizi yazıyorsanız, tüm hayatınızı gözden geçirmenizin, somut kararlar vermenizin, kendi içinizde değerli olan şeyleri bir araya getirmenizin zamanı gelmiş demektir. Bir şeye son şeklini verip bitirme eylemi insanın durup onu dikkatle gözden geçirmesini sağlar. Hayatınızın nasıl olduğuna, neyi başarmak istediğinize, kendinize ve başkalarına ne vermek istediğinize iyice bir bakın.

VAZO: Gelişim vasıtası. İçsel güzelliğinizi sergilemek.

VEBA: Bkz. *Hastalık.*

VEJETARYEN: Diyet yoluyla kendini disipline etmek. Fiziksel, zihinsel ve özsel (spiritüel) dengenizi korumak için beslenme kaynaklarınızı dikkatle seçin.

VENÜS: Bkz. *Gezegen.*

VERANDA: Benliğin uzantısı; verandanın nasıl döşendiğine, temiz ve düzgün olup olmadığına, verdiği hislere dikkat edin. Bu açık bir verandaysa, sizin yaptığınız şey apaçık ortada demektir; bu kapalı bir verandaysa, evinizin bir odasını temsil eder. Bkz. *Ev.*

VERGİ: Kendi üzerinize yüklediğiniz gereksiz bir yük; kendinizi yargılamanız.

VERİ TABANI: Bilinçli ve bilinçdışı zihni birleştiren spiritüel devreniz; hayatınızın her veçhesiyle ilgilenen ana iş-istasyonunuz.

VERMEK ve ALMAK: İkisinin gerekli dengesi. Çoğu kişi için vermek daha kolaydır. Onlar alarak kendilerini borçlu hissetmek istemezler. Ancak, almayı bilmek, bu dersi hayatta daha sonra -belki bir bakım evinde- öğrenmek zorunda kalmamak açısından çok önemlidir. Dengeli bir biçimde vermeyi ve almayı öğrenin.

VERNİKLEMEK: Korumak; güzelleştirmek. Ya da yanlışları doğru veya makul göstermek; yüzeysel anlayış. Rüyanın içeriğine bakın.

VETERİNER: Hayvani içgüdülerimizi, hayvani doğamızı şifalandırmak ve yükseltmek.

VEZNEDAR: Koruduğunuz enerjiyi alıp kullanmak. Bu enerjiyi gerektiği gibi kullanmak veya daha sonra kullanmak üzere depolamak.

VİDEO, VİDEO-KAMERA: Bkz. *Film.*

VİTES: Bir arabayı vitese geçirmek, yeni projelere girişmeye hazırlanmaktır. Düşük ya da yüksek vites sizin enerji düzeyinizi gösterir.

VİZE: Birçok büyüleyici yönünüzü araştırıp keşfetme özgürlüğü. Daha zengin ve ödüllendirici bir hayata geçmenizi sağlayan pasaport.

VİZON KÜRK: Maddi değerler, lüks, bolluk; koruma, sıcaklık, hayvani içgüdüler.

VOLKAN: Bastırılmış duyguların patlaması. Bkz. *Patlama.*

VURKAÇ: İnsanın kendine zarar verip sonra bunu inkâr etmesi.

VURMAK: Kendinizi ya da bir başkasını kınamak ve eleştirmek. Kendinizi kabullenmeye, sevmeye, gereksinimlerinizi ve hislerinizi ifade etmeye ihtiyacınız var.

Y

YABANCI: Benliğinizin henüz tanımadığınız, ortaya çıkmakta olan bir yanı. Eğer yabancı bir ülkede bulunuyorsanız ve oradaki insanlar gibi giyinmişseniz, bu geçmiş bir yaşamda öğrenmekte olduğunuz derslerin şimdiki deneyimlerinizde tekrar ortaya çıkacağını gösteriyor olabilir.

YABANİ OT: Yaşam bahçenizden temizlemeniz gereken kötü bir alışkanlığınız.

YAĞ: Eğer bu bir araba yağıysa, hayatınızı daha düzgün ve sorunsuz bir biçimde sürdürmeniz gerektiğini gösterir. Eğer bu bir tavadaki yağ ise daha temiz davranmanız gerektiği anlamına gelir.

YAĞ DÖKÜLMESİ, SU YÜZÜNDEKİ YAĞ TABAKASI: Duygular bulanıklaşmış ve kirlenmiştir. Davranışınızı arındırın. Duygusal ilişkilerinizi düzeltin.

YAĞMUR: Duygusal gelişmeye hazırlık olarak temizlenme, arınma. Şiddetli bir sağanak geçici olarak zor olacak duygusal değişimler anlamına gelir. Bkz. *Fırtına.*

YAKIT: Bkz. *Benzin.*

YAKMAK: Arındırmak. Bkz. *Ateş.*

YAKUT: Değerli sevgi. Büyük enerji; verimlilik, doğurganlık ve genişleme. Ortaçağ'da kraliyet aileleri tarafından doğurganlık için kullanılırdı.

YALAN SÖYLEMEK: Kendini dürüstçe değerlendirememek. Görmek istememek. Gerçeklerden korkmak.

YALINAYAK: Köklenmenizin bir yolu.

YALITIM: Bir evin yalıtımında olduğu gibi, koruma, sıcaklık, enerjiyi koruma. Ayrıca, saklanma.

YAMYAM: Bir başka yanınızı güçlendirmek için bir yanınızı yoksun bırakmanız; duyarsızlık, gizli açlıklar, cehalet yüzünden bazı yanlarınızı yıkmanız. Kendi yaratıcı enerji kaynağınızı üretmek yerine başkalarının enerjilerini kullanarak yaşamanız. Tüm hayatın birbirine bağlılığını görmek için daha geniş bir spiritüel bilgiyi uyandırmanız gerekmektedir.

YANGIN SÖNDÜRÜCÜ: İnsanın yaşam ateşini söndürmesi. Enerjinizi yüksek tutun, o zaman o ateş söndürülemez.

YANIP KAVRULMAK: Hararetli, öfkeli duygular; siz bir ilişkide, bir anlaşmada yanıp kavruluyorsunuz. Bkz. *Sıcak, Sıcaklık*.

YANKI: Bumerang etkisi; kendi kendinizle karşılaşmanız. Gönderdiğiniz şey size geri gelir. Karma.

YANLIŞ HAMLE: Yanlış hamle diye bir şey yoktur. Sadece öğrenilecek dersler vardır.

YANMAK: Arınmak. Bkz. *Ateş*.

YAPBOZ: Yaşam yapbozunun bütününü değil, sadece parçalarını görebilmek. Hayatı bir yapboz olarak düşünmek; berraklıktan yoksun olmak. Enerjinizi merkezlendirin, sorun üzerinde odaklanın, yoğunlaşın; o zaman yanıt ortaya çıkacaktır. Ayrıca, bütün tabloyu oluşturmak için tüm parçaları bir araya getirmek. Tüm kanıt ortaya çıkana dek harekete geçmeyin.

YAPRAKLAR: Nitelikler; ağaç yaprakları öğrenilmiş dersleri, başarıları, ödülleri temsil eder. Faaliyetlerin meyvesi. Bir-

çok yaprak büyük tekâmül ve başarı anlamına gelir. Yerdeki yapraklar tamamlanıp bırakılmış şeylerdir.

YARA: Enerjinin oradan akıp gittiği zihinsel, duygusal ya da fiziksel bir dengesizlik. Yaranın nerede bulunduğuna, kendinize zarar verecek, enerjinizi dağıtacak ne yaptığınıza dikkat edin. Bu rüya, genellikle, duygusal bir yarayı yansıtır; siz birisini duygusal olarak bırakamamış olabilirsiniz ya da incindiğinizi ve ihmal edildiğinizi hissediyor olabilirsiniz. Onu bağışlayın, bırakın ve doyuma ulaşmak için kendi yaratıcı merkezinize geri dönün.

YARA BANDI: İçinizden kaynaklanan zehirleri örtüp gizlemeye çalışmak. Onları gizlemeyin. Bırakın o zehirler dışarı çıksın ki şifa bulabilesiniz.

YARA İZİ: İyileşmiş ama bırakılmamış olan duygusal yara. Sizin o kişiyi ya da durumu bırakmak için bir çalışma yapmanız gerekiyor.

YARALANMA: Durun ve yavaşlayın.

YARASA: Henüz kendini doğrultmamış olan bilinmeyen güç.

YARDIM: Asla yardımsız kalmazsınız. Sizin hayatınız boyunca sizinle birlikte olan ruhsal rehberleriniz var. Bir şeye ihtiyacınız olduğunda onlardan yardım isteyebilirsiniz.

YARDIMCI MÜFREZE: Benliğinizin tüm güçlü, güvenli yanları bir hedefe erişmek için bir araya geliyorlar.

YARGIÇ: Rüyanın içeriğine bağlı olarak, ruhsal rehberlik, yüksek benlik, vicdan olabilir. Bu rüya, genellikle, kendinizi katı biçimde yargıladığınızı gösterir. Siz kendi kendinizin yargıcı ve jürisisiniz ve kendinize karşı adil davranmanın yanı sıra, yumuşak, şefkatli ve sevecen davranmayı da öğrenmelisiniz. Eğer eleştirel yanınızla kendinizi çok katı bir biçimde yargılarsanız, başkalarını da katı bir biçimde yargılarsınız. Bu ister kendiniz ister başkaları olsun, kimseyi yargılamayın. Değiştirmeniz gereken şeyi değiştirin ve yolunuza devam edin. Suçluluk

duygusu ve kendini kınama içinde kalmayı sürdürmeniz enerji ve içgörü düzeyinizi düşürür. Bkz. *Jüri*.

YARGICIN TOKMAĞI: Bkz. *Tokmak*.

YARIK: Herhangi bir durumda nereye bastığınıza dikkat edin. Verdiğiniz kararlara dikkat edin.

YARIŞ: Eğer bir yarışta yer alıyorsanız, kendi kendinizle yarışıyorsunuz demektir. "Kazanmak" için benliğinizin tüm veçhelerini birleştirin. Eğer tek başınıza koşuyorsanız, gevşeyip toparlanmaya ve düşünmeye zaman ayırın.

YARIŞMAK: Bir yanınız bir ödül için yarışıyor.

YAS TUTMA: Yeniye yol açmak üzere insanları, deneyimleri ya da inançları bırakamamak. Ayrıca, geçiş; yeni bir yön bulmaya açık olmak.

YASAK İLİŞKİ: Bkz *Zina, Cinsel İlişki*.

YASTIK: Bilinç ile bilinçdışı arasındaki köprü; dinlenmeye, zihninizi gevşetmeye ve kendi içinizdeki daha derin kaynaklara erişmeye ihtiyacınız var. Berrak bir biçimde görebilmek ve içgörü edinebilmek için gidiş hızınızı yavaşlatın. Yumuşaklık. Bkz. *Yatak*.

YATAK: Bilinç ile bilinçdışı arasındaki köprü; evrensel rahme ya da güç kaynağına bir dönüş. Yataklar bizim hayatımızda önemli roller oynar: Dinlenme, yenilenme, beslenme, cinsel ilişki kurma. Güvenlik arzusu. İlahî korumanın farkındalığı. Benliğin birçok düzeyiyle özel ilişki; bireyselliğin ifadesi: Siz kendi yatağınızı ya da yaşam deneyimlerinizi oluşturursunuz.

YATAK ÖRTÜSÜ: Bkz. *Örtü*.

YATAKHANE: Benliğinizin birçok yanı okula gidiyor, öğreniyor ve gelişiyor. Farklılıkları inceliyor ve inşallah onları bütünleştiriyorsunuz. Ayrıca, hayatınızda çok şey olup bitiyor: İnsanlar, deneyimler, dağınık enerjiler.

YATIŞTIRICI İLAÇ: Sinirli ve gerginsiniz; gevşeyin, dinlenin. Kendi dışınızdaki bir şeye bağlı olmak yerine, kendi kontrolü-

nüzü ele alın, kendi sorumluluğunuzu üstlenin.

YAY: Hedefler saptama ve onlara erişme gücü. Esneklik. Başarı okunu yönlendirebilecek kuvvet. Bkz. *Okçu, Ok*.

YAYA KALDIRIMI: Yolunuz. Yol ne kadar düzgünse, yaptığınız yolculuk o kadar iyi olur. Bu toprak bir yoldakine kıyasla daha kolay bir yolculuk olur, ama normal bir yoldaki kadar hızlı bir yolculuk olmaz. Bkz. *Patika*.

YAZ: Oyun oynama, gelişme, gevşeyip rahatlama; hareket özgürlüğü, genişleme. Bkz. *Mevsim*.

YAZAR: Siz kendi yaşam senaryonuzun yazarısınız. Onu kolaylaştırabilir ya da zorlaştırabilirsiniz.

YAZI MASASI: Üzerinde çalıştığınız sorun; çalışma, araştırma, kendini keşfetme.

YAZMAK: İletişim kurmak, kendini ifade etmek.

YELKENLİ TEKNE: Duygusal benlik; siz değişim rüzgârlarıyla birlikte, onlarla uyum içinde gitmeyi, günlük hayattaki birçok akıntıda rotanızdan sapmamayı öğreniyorsunuz ya da bunları öğrenmeniz gerekiyor. Bkz. *Tekne*.

YELPAZE: Eğer yüzünüzü bir yelpazeyle örtüp gizlemişseniz, saklanıyorsunuz demektir. Sizin daha fazla özgüvene ihtiyacınız vardır.

YEM (olta ve kapan yemi): Çekici ancak tehlikeli bir şey, bir fırsat. Belli bir yöndeki bir yem, bir tuzak. Bakıp iyi değerlendirin. Bu rüyaya dikkat edin.

YEMEK: Bkz. *Yiyecek, Yemek Yemek*.

YEMEK YEMEK: Sizin zihinsel, duygusal, fiziksel ya da spiritüel olarak beslenmeye ihtiyacınız var. Rüyada gördüğünüz belli bir yiyeceğe ya da onun temsil ettiği şeye de ihtiyacınız olabilir. Bkz. *Yiyecek*.

YEMİN ETMEK, ANT İÇMEK: Kendinizle yaptığınız kutsal bir anlaşma.

YEMİŞ: Bkz. *Kabuklu Yemişler*.

YENGEÇ: Dolaylı (direkt olmayan) bir biçimde ilerlemeniz ya da bir sorunu öyle çözmeniz gerekmektedir. Ya da siz şimdi dümdüz gitmek yerine yan yan ilerliyorsunuz.

YENİDEN DİRİLİŞ: Hayatı, ölümü ve yeniden doğuşu anlamak. Çevremizdeki yaşam dediğimiz şeyin bir illüzyon olduğunu idrak etmek; üçüncü boyutu aşarak tüm titreşim düzeylerinde çalışabilecek hale gelmek. Aydınlanma; istediğiniz zaman boyutları aşabilme yeteneği. İçinizdeki spiritüel doğayı uyandırmak ki bu çok yanlış bir biçimde yorumlanmış *ikinci geliş* (İsa'nın ikinci gelişi) fikrini temsil eder. Rüyanızda yeniden dirildiğinizi görmek, içinde bulunduğunuz çeşitli durumlardan birçok farklı düzeyde içgörü, enerji, farkındalık ve bireysel kimlik kazandığınızı gösterir.

YENİDEN DOĞUŞ: Spiritüel uyanış; yeni fikirlerin, içgörülerin, öz-farkındalığın doğuşu. Bkz. *Yeniden Diriliş*.

YENİLGİ: Kendinizi yanlış yöne ya da yanlış yola sevk etmenizden kaynaklanan ve en yüksek hayrınıza olmayan sonuçlar. Bir kapı kapanmıştır ki daha iyi bir kapıyı araştırıp keşfedebilesiniz. Başarısızlık ya da yenilgi diye bir şey yoktur, sadece öğrenim ve tekâmül fırsatları vardır. Her bir deneyimde olumlu dersin ne olduğunu sorun; o dersi öğrenin ve yolunuza devam edin.

YERALTI: Bilinçdışı.

YERE ÇAKILMAK: Bkz. *Kazaya Uğramak*.

YERKÜRE: Tabiat Ana, dişi Tanrı enerjisi; alıcı, kabullenici, besleyici enerji. Yaşamın rahmi, öze (spirit) form ve madde veren. Kendinizi zamanda deneyimlemek; yerküre geçmişi, şimdiyi ve geleceği içerir. İnsanlık; geçici duyusal doğa. Öğrenim ve tekâmül okulu; geçici yuva. Bkz. *Gezegen*.

YERLİ: Benliğin ilkel ya da temel içgüdüsel doğası, bilinçsiz ya da sezgisel yanı. Benliğinizin size yabancı olan, bilmediğiniz ya da anlamadığınız bir yanı farkındalığınıza girmektedir.

YEŞİL: Gelişme, iyileşme, genişleyicilik ve yaratıcılık. Bkz. *Renk*.

YEŞİL IŞIK: Sizin önünüzde hiçbir engel yok.

YEŞİM: İyileşme, gelişme, tekâmül etme. Bkz. *Mücevher*.

YETİŞKİN: Olgun benlik, hayata deneyim birikiminizle ve kendinize ve başkalarına karşı daha büyük bir duyarlılıkla bakmak.

YIKAMAK: Yaptığınız işi temizleyin. Ayrıca, duyguların arındırılması anlamına gelir.

YIKANMAK: Duygusal temizlenme, davranışınızı arındırın. Bırakın tüm olumsuzluk akıp gitsin.

YIKMAK: Yeninin kurulabilmesi için, eski düşünüş ve inanış biçiminin yıkılması.

YIL: Zaman birimi; gelişim ve öğrenim döngüsünün tamamlanması. Bkz. *Sayı* (12) ve *Zaman*.

YILAN: Kundalini gücü; yaşam kuvveti, yaratıcı enerji. Kutsal Öz, içinizdeki şifa gücü. Kundalini omurganın dibinde bulunur ve omurga boyunca yukarı çıkarak çakraları, yani enerji merkezlerini uyandırır. Eğer rüyanızda bir yılan sizi sokarsa, bu kundalini enerjisinin bedeninizin o bölgesinde kendine yol açmaya çalıştığını gösterir. Örneğin, eğer yılan kalp bölgesini sokarsa, bu sevgi ve hislerin açılması anlamına gelir; yılanın boğazınızı sokması sözlü iletişiminizin ve diğer iletişimlerinizin açılması anlamına gelir. İnsanlar rüyalarında çoğu zaman bir yılanın bedenlerine girdiğini görürler ki bu kundalini enerjisinin uyanması, harekete geçmesidir. Yılan asla korkulmaması gereken güçlü bir semboldür. O, spiritüel tekâmülün uyanışını ya da devam etmesini temsil eder.

YILAN veya AKREP ZEHRİ: Zehirli tutumlar; öfke, düşmanlık; güvensizlik ve korku yüzünden saldırmak. Kendinize karşı duyduğunuz nefreti başkalarına yöneltmeniz. Kendinizi sevmemeniz.

YILDIRIM: Bkz. *Şimşek*.

YILDIZ: Işık, yön, ruhsal rehberlik, içgörü. Spiritüel içgörünün, görüşün yükselmesi. Güçlü enerji; bir yıldıza bakıp bir dilekte bulunduğunuzda olduğu gibi, o hedeflerinize erişmenize yardımcı olacak enerji düzeyini ve berraklığı sağlar. Karanlığı aydınlatan kendi içsel ışığımızın sembolü; siz bir ışık varlığısınız. Varlığınızın gerçeği.

YILDIZ HARİTASI: Daha geniş semavî etkilerle ilişkiniz; hayatınızın amacı ve plânı. Enkarne olmadan önce seçtiğiniz hayat plânı. Onunla ne yapacağınız -değiştireceğiniz, kabulleneceğiniz ya da onu aşacağınız- kendi iradenize bağlıdır. Yardımcı ruhsal rehber ya da harita. Bkz. *Astroloji*.

YIRTICI KUŞ: Eski yozlaşmış tutumlardan ya da fikirlerden arınmanız, onlardan kurtulmanız anlamına gelen yapıcı sembol. Tekâmülünüz için artık yararlı olmayan o fikirleri ve ilişkileri bırakmaya gönüllü olun. Bu tümüyle, her şeyin doğal sürecinin bir parçasıdır.

YIRTICI HAYVAN: Bu sembol, içinizdeki çocuğu hedef alan ikinci çakra takıntısını simgeler.

YİN-YANG: Zıtların dinamik birliğiyle ilgili Çin sembolü; evrendeki değişimlerin, yaşamın, ölümün ve yeniden canlanmanın sırrı. Yin prensibi dişidir, yaratıcıdır, sezgiseldir, alıcıdır, karanlıktır, negatif kutuptur, bedendir, bilinçdışıdır. Yang prensibi ise erkektir, akıldır, kuvvettir, ışıktır, pozitif kutuptur, özdür (spirit), bilinçtir. Kutupsal enerjiler birlikleri ya da bir' likleri içinde kendilerini tam olarak ifade ederler. Dünya okulundan mezun olabilmek için bizim içimizde dişi ve erkek enerjilerin bir dengesine erişmemiz gerekiyor. Bkz. *Dişi, Erkek*.

YİYECEK: Fiziksel, zihinsel, duygusal ya da spiritüel benliğin beslenmesi. Ne tür bir yiyecek yediğinize dikkat edin. Bkz. *Yemek Yemek*. Bu sembol ayrıca, düşünceleri, fikirleri besleyen şey anlamına da gelir.

YOGA: Beden, zihin ve öz (spirit) uyumu; bütünleşme, birlik. Bkz. *Meditasyon*.

YOKSUL: Spiritüel olarak yoksul biri. Kendi Tanrı benliğini, becerilerini, yeteneklerini ve başkalarına hizmet etme fırsatlarını yadsımak. Kendi değerini görememek.

YOKSULLUK: Potansiyelinizi kullanmamanız ya da öz-değerinizi görememeniz. Bedenen, zihnen ve/veya spiritüel olarak güçsüz olmanız. Meditasyon yapın, enerjinizi yükseltin ve yeteneklerinizi kullanın.

YOL: Sizin hayattaki yönünüz. Rüyanızda gördüğünüz yolun döşenmiş mi, taşlı mı, toprak mı olduğuna; iki-şeritli mi, otoyol mu olduğuna; dolambaçlı mı, düz mü gittiğine, yukarı doğru mu yoksa aşağı doğru mu gittiğine dikkat edin. Yolun durumu şu anda hayatınızı nasıl yaratmakta olduğunuzu gösterir. Eğer yol yokuş aşağı gidiyorsa yanlış yönde gidiyorsunuz demektir. Eğer yol inişli çıkışlıysa, bu sizin hayattaki şeylere tepki gösterdiğinizi, büyük bir ilerleme kaydetmediğinizi, yönünüzü stabilize etmeniz gerektiğini gösterir. Eğer yolda bir çatalda bulunuyorsanız, büyük bir karar vermeye doğru yaklaşıyorsunuz demektir. Bkz. *Kavşak*.

YOL DÖŞEMEK: Bir yolu taşla döşemek, bir maddeyle kaplamak hayatı kendiniz için rahat ve sorunsuz hale getirmek, bir girişimde bulunmadan önce yolunuzu hazırlamak için zaman ayırmaktır.

YOLCU: Eğer bir taşıtta yolcuysanız, kendinizinkiler yerine başkalarının fikirlerini ve yönlerini izlemeyi seçiyor, kendi yaşam yolunuzu belirlemenin sorumluluğunu üstlenmiyorsunuz demektir.

YOLCULUK: Kendinizi araştırmak ve anlamak; yaşam deneyimleri vasıtasıyla yeni veçhelerinizi keşfetmek. Doğumdan ölüme dek olan yaşam süreci.

YOLDAŞ: Sizin en iyi yoldaşınız sizsiniz. Ayrıca hayat boyu si-

ze eşlik eden rehberleriniz ve koruyucu bir meleğiniz vardır. Tanrı sizi burada yalnız bırakmaz.

YOLUNU ŞAŞIRMAK: Bkz. *Kaybolmak*.

YORGAN: Örtme, koruma, saklama; yaratıcılık. Rüyanın içeriğine bağlı olarak, sıcaklık, dinlenme anlamına da gelebilir.

YOSUN: İnsanı hayatta yavaşlatan duygusal karışıklık ve dolaşıklıklar.

YO-YO: Duygusal olarak inip çıkmak; deneyimlerdeki dersleri öğrenememek, aynı eski kalıpları tekrarlamak.

YÖNETİCİ: Size yol gösteren ruhsal öğretmeniniz ya da yüksek benliğiniz.

YÖRÜNGE: Eğer görecek gözlere ve işitecek kulaklara sahipseniz, doğru yörüngedesinizdir.

YUKARIDA OLAN: Sizin üzerinizdeki bir sembol size görüşünüzü yükseltmenizi, yeni bir hedefi benimsemenizi, daha yüksek yaratıcı benliğinize bağlanmak için üçüncü göz enerjisini kullanmanızı önerir. Eğer üzerinizde karanlık ya da korkutucu bir şey dolaşıyorsa, bu kendinizi, incelemediğiniz ya da aşırı abarttığınız korkularla bunalttığınızı gösterir.

YUMRUK: Saldırganlık, öfke.

YUMURTA: Kapanmış olmak; sınırlı bir realitede yaşamak. Yeni bir hayatın açılmaya hazır olan tohumu. Bkz. *Rahim*. Mizahi olarak kullanıldığında, siz bir yumurta yumurtladınız, yaptığınız şeyi değerlendirin ve temizleyin anlamına gelir.

YUMURTALIK: Yeni başlangıçların deposu. Gelişim ve tekâmül tohumlarının yeri.

YUNUS: Benliğinizin güçlü, neşeli, duygusal, güzel yanı. Eğer hayatın duygusal sularında oyun oynamayı öğrenebilseydik, ilişkilerden ve sevmekten asla korkmazdık.

YUVA: Bkz. *Ev*.

YÜK: Çok fazla ağırlık, gereksiz sorumluluklar taşımak; gereksiz yük. Herkes, taşıyıp durmasının önemli olduğunu dü-

şündüğü yükün büyük bir bölümünden kurtulabilirdi.

YÜKSEKLİK: Yeni fırsat ve mücadeleler. Bkz. *Uçurum*.

YÜKSEKOKUL: Öğrenim, gelişim ve tekâmülde ileri bir kurs. Bkz. *Okul*.

YÜN: Yumuşak, sıcak, besleyici.

YÜRÜMEK: Yolunuzda ilerlemeniz; devingenlik. Bkz. *Yaya Kaldırımı*.

YÜRÜYEN MERDİVEN: Hızlı ve kolay yolculuk biçimi, sizin en iyi yönde ilerleyip ilerlemediğinizi, en iyi seçimleri yapıp yapmadığınızı gösterir. Eğer yukarı doğru çıkıyorsanız, doğru yönde ilerliyorsunuz demektir. Eğer aşağı doğru iniyorsanız, yanlış yoldasınız demektir.

YÜZ: Bilinmeyen bir yüz, erkeksi ya da kadınsı, bilinmeyen bir yanınızı temsil ediyor olabilir. Ayrıca, bu bir durumla yüzleşin, saklanmayın anlamına da gelebilir. Bulanık ya da belirsiz bir yüz genellikle bir ruhsal öğretmeni temsil eder.

YÜZ GERDİRME: Yeni bir yüz yaratmak; durumlara yeni bir bakış biçimi. Hayata bütünüyle yeni bir bakış biçimi. Bkz. *Estetik Operasyon*.

YÜZMEK: Duygusal dersleri, hayatın duygusal sularında kendinizi nasıl koruyacağınızı ve anlayacağınızı öğrenmek. Duyguların üzerinde kalmak.

YÜZÜK: Söz vermek; ebedi perspektif. Gerçek yüzüğü. Bkz. *Daire*.

Z

ZAHİT (münzevi, din uğruna dünyevi zevklerini feda etmiş kişi): Kendini yadsıma; dış dünyadan vazgeçerek içsel olarak gelişme çabaları. Genellikle Tanrı sevgisi yerine, kendinden nefret ve düşük bir öz-imaj yüzünden yanlış yönlendirilen spiritüel arayış. Ayrıca, arınma anlamına da gelir.

ZAMAN: Zaman yaratıcı gücümüzü deneyimlememizi ve rafi-

neleştirmemizi sağlayan bir enerjidir. Tüm hayat zaman döngülerine bağlıdır; her şeyin kendi mevsimi vardır. Ölümden doğuma dek geçen süreç yaşam döngüsüdür, arada daha küçük birçok döngü vardır. Biz sürekli olarak yaşam sürecinden geçiyoruz; her şey dinamiktir, değişmektedir, hiçbir şey durağan değildir. Zaman, illüzyonu sürdürendir; ona bağlı olan her şey geçicidir, fanidir. Hayatın akışına uymak zaman enerjisini tam olarak kullanmaktır; hedeflerimizi ve arzularımızı çabasız bir biçimde gerçekleştirmektir. Bizler boyutlararası varlıklarız, daha yüksek doğamızı anladığımızda hayat tarafından sınırlandırılmayız.

ZAMBAK: İlkbaharın başlangıcında açan beyaz zambak yaşamı, ölümü ve yeniden doğuşu temsil eder. Gelişme ve yenilenme süreci; geçiş süreci. Bkz. *Çiçek*.

ZAMK: Daha fazla berraklığa kavuşuncaya kadar durumu bir arada tutun; ona yapışın. Kendini bir göreve sağlam ve güçlü bir biçimde, adeta ona yapışmış gibi adamak. Yapışkanın çözülmesi enerjinizi dağıtmak, perspektifinizi yitirmektir.

ZARF: Örtücü ya da taşıyıcı. Bir haberi ya da mesajı işaret eder. O zarfın içinde bir mesaj yoksa şu anda o mesajı almaya hazır olmayabilirsiniz. Bkz. *Mektup*.

ZAYIF, GÜÇSÜZ: Gücünüzü başkalarına teslim etmeniz. Kendi potansiyelinizi ve öz-değerinizi görmeyi reddetmeniz.

ZEBRA: Bilinen ile bilinmeyenin, siyah ile beyazın, benliğin veçhelerinin karışıp birleşmesi; erkeksi ve dişi enerjilerde denge. Doğanızdaki paradokslar.

ZEHİR: Olumsuz düşünüş; korku ve yargı yenmeniz gereken en büyük zehirlerdir.

ZEHİRLİ KİMYASAL MADDELER: Bkz. *Zehir*.

ZEMBEREK: Enerjinizi toparlayıp ayağa fırlayın; ileri atılın, gelişin, taze bir başlangıç yapın. Eskiden kopup yeniye girin. Yeni projeleri üstlenmek için enerji birikiminizi kullanın.

ZEMİN: Temel, destek; hayatınızı üzerine kurduğunuz şey. Eğer bu bir toprak zeminse, siz iyi bir temel oluşturmuyorsunuz demektir.

ZEN: Sezgi yolu; spiritüel disiplin ve meditasyon.

ZENGİN: İçinizde yatan sınırsız fikirler, yaratıcı beceriler ve yetenekler. Siz hayatta istediğiniz şeyi yaratmanız için gerekli olan becerilere ve yeteneklere sahipsiniz.

ZEYTİN: Sevgi, huzur. Birçok kullanıma sahip besleyici unsur. Bkz. *Yiyecek*.

ZIRH: Zihin beden ve öz (spirit) için koruma.

ZİKZAK ÇİZMEK: Eğer tekdüze bir biçimde hareket etmezseniz, kolay bir hedef olmazsınız.

ZİL: Uyanın! Hayatın dersleri verilirken uyuyakalmış olabilirsiniz.

ZİNA: Sizi içsel gelişiminizden ayıran bir şeye enerjinizi ve dikkatinizi vermeniz; içsel sorunları çözmek yerine dışsal yatıştırıcıları (emzikleri) aramanız. Bir başkasında sizi çeken nitelik kendi içinizde bloke edilmiştir, ya da partnerliğinizi yerine getirmemektesiniz. Ayrıca, bu rüya, rüyadaki partnerinizin cinsiyetine bağlı olarak, benliğinizin erkeksi ya da kadınsı yanıyla birleşip bütünleşmenizi temsil ediyor olabilir. Bkz *Cinsel İlişki*.

ZİNCİR: Kuvvet, birlikte çalışan birçok halka ya da parça. Ayrıca, tek başına bir halka izolasyon, zayıflık, ya da "eksik halka"da olduğu gibi, bir anahtar anlamına gelir. Eğer daha çok gelişip tekâmül etmenizi engelleyen alışkanlıklara ve fikirlere zincirlenmişseniz, bu sembol kısıtlama ya da sınırlama anlamına gelir.

ZİRVE: Siz bir işi başardınız, bir sorunu başarıyla çözüme ulaştırdınız, bir hedefe eriştiniz. Berraklık, genişlemiş perspektif, sezgi. Bkz. *Dağ*.

ZİYAFET: Ziyafet, kutlama. Siz istediğiniz her şeyi yaratabi-

lirsiniz. Bkz. *Yemek*.

ZODYAK: Bkz. *Burçlar Kuşağı.*

ZOMBİ: Artık hisleriyle, duygularıyla temasta olmamak; zihinsel, duygusal ve spiritüel olarak işlev yapamamak. Korku yüzünden canlılığını yitirmek. Kendini sevmemek; düşük enerji. Gevşeyin ve mezarınızdan çıkarak yaşam akışına tekrar katılın. Yaşayanlar safına katılın. Korku bir illüzyondur ve gidilecek tek yol yukarı doğrudur.

ZORBA: İçinizdeki (insanları ve durumları istediği gibi kontrol etmek isteyen) kontrol manyağı.

ZORLAMA, ZORLANMA: Zorlayıcı bir durumda sınırınızın ötesinde gerilme. Enerjinizi zorlama ve onu meditasyon yoluyla doldurup beslememe.

ZÜHREVİ HASTALIK: Cinsel enerjinin uyumsuzluğu ve yanlış anlaşılması. Cinsellikten korkmak. Cinsel enerjiyi yanlış kullanmak; dengesizlik.

ZÜMRÜT: Benliğinizin güzel, görkemli, iyileştirici yanı; dayanıklılık, kuvvet.

ZÜRAFA: Gelişmeye, tekâmüle doğru uzanmak.

RÜYA KİTABI

Rüyalar en değerli bilgi ve rehberlik kaynağımızdır, çünkü rüyalarda yüksek benliğimiz bizimle doğrudan iletişim kurar ve kendimizi keşfetmemize, hayatımızı anlamamıza, sorunlarımızı çözmemize, geleceği görmemize, spiritüel olarak gelişmemize yardımcı olacak bilgiler, ilhamlar, içgörüler sunar ve bilinçli zihin araya girip bu mesajları çarpıtamaz. Rüyalar üzerinde hâkimiyet kazanmamız gerçekten boyutlararası varlıklar olduğumuzu idrak etmemizi sağlar. Böylece, geçmekte olduğumuz aşamalar ya da kendimizi içinde bulduğumuz bilinç düzeyi yerine, ebedi varlığımızla özdeşleşmeye başlarız.

Rüyalarımızın bize verdiği mesajları anlayabilmek için rüyada gördüğümüz her şeyin bir sembol olduğunu bilmemiz ve bu evrensel sembolizmi çözebilmemiz gerekir. Betty Bethards'ın ruhsal kanaldan aldığı bilgilerle yazdığı, şimdiye dek on dile çevrilen ve uluslararası bir çok-satan olan bu kitap, rüyalarımızı anlamamızı sağlayacak iki bini aşkın rüya sembolünün yorumu ve rüyalar hakkında genel bir bilginin yanı sıra, rüyalarımızı nasıl hatırlayabileceğimiz ve kullanabileceğimizle ilgili yardımcı bilgileri ve genel tabloyu görmemizi sağlayacak evrensel prensipleri içermektedir. Eğer rüyalarımıza dikkat etmezsek, alabileceğimiz en büyük spiritüel yardımlardan birini kaçırmış oluruz; rüyalarımıza dikkat edersek, hayatımızı çok kolaylaştırabilir ve spiritüel tekâmülümüzü büyük ölçüde hızlandırabiliriz.

Bu kitabın sizi rüyalarınızın bilgelik dolu ve harika dünyasını araştırıp keşfetmeye sevk etmesini dileriz.

ISBN 978-605-9262-15-6

9 786059 262156

www.akasa.com.tr

AKAŞA